EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN LA ESCUELA: ESTRATEGIAS PARA EL BIENESTAR Y EL ÉXITO ACADÉMICO

FIECYT EDICIONES

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN LA ESCUELA: ESTRATEGIAS PARA EL BIENESTAR Y EL ÉXITO ACADÉMICO

FIECYT EDICIONES | Quito - Ecuador | 2025

Equipo Editorial

Marcelo Remigio Castillo Bustos | Director General| Responsable Científico

Alba Guadalupe Yépez Moreno | Coordinadora Editorial

Sandy Michelle Cabrera Catagña | Directora de Comunicaciones

Carlos Marcelo Castillo Sánchez | Asistente Editorial

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN LA ESCUELA: ESTRATEGIAS PARA EL BIENESTAR Y EL ÉXITO ACADÉMICO

2025
Nº Radicación: 157059

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN LA ESCUELA: ESTRATEGIAS PARA EL BIENESTAR Y EL ÉXITO ACADÉMICO

[SOCIAL-EMOTIONAL EDUCATION IN SCHOOL: STRATEGIES FOR WELL-BEING AND ACADEMIC SUCCESS]

Copyright© *Patricia Del Consuelo Lucero Alban, Juan Enrique Villacis Jácome, Jenny Patricia Pallo Almache, Luis Alberto Castillo Sánchez, Segundo Raúl Farinango Farinango, Jessica Karina Maldonado Zarria, Paola Germania Palomino Palomino, Concepción Elizabeth Tejada Molina.*

1ra edición	Copyright© Fundación Internacional para la Educación, la Ciencia y la Tecnología, FIECYT. Derechos exclusivos de impresión y venta en cualquier formato en todas las ediciones. Calle De Los Olivos y Pasaje E17C Quito, Ecuador. Teléfonos (+593) 98 721 3290 / (+593) 024510163 e-mail: info@fiecyt.org https://fiecyt.org/ https://editorialfiecyt.com
ISBN impreso:	978-9942-7233-8-3
ISBN digital:	978-9942-7233-9-0
DOI:	https://doi.org/10.53877/fiecyt.LL.25.7
Tiraje:	200 ejemplares
Diseño y diagramación	FIECYT EDICIONES
e-impreso	Quito – Ecuador
Materia Dewey:	370.15 – Psicología Educativa
Clasificación Thema:	Sociedad y Ciencias Sociales
Colección:	Ciencias Psicológicas
Serie:	Psicología Educativa

Publicado en Quito – Ecuador, febrero, 19 de 2025

Publicación arbitrada de la Fundación Internacional para la Educación, la Ciencia y la Tecnología, FIECYT.

El contenido de este libro es de exclusiva responsabilidad de las autoras y los autores.

Forma sugerida para citar (APA 7ma. Ed.)

Lucero-Alban, P., Villacis-Jácome, J., Pallo-Almache, J., Castillo-Sánchez, L., Farinango-Farinango, S., Maldonado-Zarria, J., Palomino-Palomino, P. y Tejada-Molina, C. (2025). *Educación socioemocional en la escuela: Estrategias para el bienestar y el éxito académico*. Ed. FIECYT. Ecuador. https://doi.org/10.53877/fiecyt.LL.25.7

Constancia de revisión por pares

Se deja expresa constancia que, este libro fue sometido a un riguroso proceso de revisión en la modalidad de Revisión por Dobles Pares Ciegos [double-blind peer review]. Es decir, el manuscrito fue evaluado por expertos independientes en el campo, quienes no conocían la identidad de los autores, y a su vez, los autores no conocían la identidad de los revisores. Este proceso asegura la imparcialidad y la calidad académica del contenido presentado.

Responsable científico

Proof of peer review

It is expressly stated that this book was submitted to a rigorous review process in the Double-Blind Peer Review modality. That is, the manuscript was evaluated by independent experts in the field, who did not know the identity of the authors, and in turn, the authors did not know the identity of the reviewers. This process ensures the impartiality and academic quality of the expressed content.

Scientific Director

Índice

CAPÍTULO I
IMPORTANCIA DEL AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOGESTIÓN EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

1.1 Generalidades……..…….…..... 1

1.2 Fundamentos teóricos……...……...…… 6

1.2.1 Concepto de autoconocimiento y autogestión emocional…… 8

1.2.2 El Rol del autoconocimiento en el desarrollo personal……. 9

1.3 Desarrollo del autoconocimiento y autogestión emocional en la educación básica…….. 10

1.3.1 Estrategias y métodos para fomentar el autoconocimiento y autogestión emocional……..…….. 13

1.3.2 Beneficios de la implementación de estrategias efectivas para el desarrollo del autoconocimiento..…… 14

1.4 Beneficios de la implementación de estrategias para la autogestión emocional en educación básica……. 17

1.4.1 Impacto en el desempeño académico……..……. 18

1.4.2 Impacto del autoconocimiento en las relaciones interpersonales. 19

1.5 Desafíos y obstáculos en la integración curricular……. 20

1.5.1 Resistencia al cambio…….. 21

1.5.2 Diferencias entre autoconocimiento y autogestión emocional… 23

1.6 Síntesis del capítulo……... 24

CAPÍTULO II
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO

2.1 El ser humano y la inteligencia emocional…….. 27
2.2 Generalidades sobre la inteligencia emocional....…….. 29
2.2.1 Definición de inteligencia emocional…….. 30
2.2.2 Componentes de la inteligencia emocional: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales…… 31
2.2.3 Relación entre inteligencia emocional y éxito académico…… 32
2.3 Estudios y evidencia científica…… 33
2.4 Mecanismos y procesos para la toma de decisiones…… 34
2.5 Desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito académico…. 35
2.5.1 Programas y estrategias educativas…… 36
2.5.2 Rol de los docentes y padres en el fomento de la inteligencia emocional……..… 37
2.6 Beneficios de la inteligencia emocional en el éxito académico…… 38
2.6.1 Mejora del rendimiento académico…….. 39
2.6.2 Reducción del estrés y la ansiedad…… 40
2.6.3 Fomento de habilidades de resolución de conflictos…… 41
2.7 Aplicaciones prácticas de la inteligencia emocional en el ámbito académico…… 42
2.7.1 Técnicas de autocontrol emocional…….. 43
2.7.2 Desarrollo de la empatía y habilidades sociales……. 44
2.7.3 Gestión del tiempo y la motivación…….. 45

2.8 Desafíos y limitaciones en la implementación de la inteligencia emocional en el ámbito académico…… 46
2.8.1 Falta de recursos y formación específica……. 47
2.8.2 Resistencia al cambio en instituciones educativas……. 48

CAPÍTULO III
EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES EN LA ESCUELA Y SU IMPACTO EN EL BIENESTAR ESTUDIANTIL

3.1 La educación un proceso integral…… 51
3.2 Competencias socioemocionales……. 53
3.3 Las competencias socioemocionales en el rol educativo…… 56
3.4 Educación socioemocional……... 60
3.4.1 Modelo Bar-On…….. 61
3.4.2 Modelo CASEL – SEL……... 63
3.4.2.1 Espacios de interacción socioemocional……... 64
3.4.2.2 Competencias socioemocionales en el Modelo CASEL – SEL… 66

CAPÍTULO IV
PROMOCIÓN DE LA EMPATÍA Y LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN ENTORNOS EDUCATIVOS: CLAVE PARA UN DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL INTEGRAL

4.1 La empatía como fundamento para las relaciones interpersonales saludables……. 75
4.1.1 Definición y características de la empatía…… 76
4.1.2 Rol de la empatía en la creación de un ambiente escolar positivo. 78

4.1.3 Estrategias para fomentar la empatía en el aula……. 80
4.2 El impacto de la empatía en la convivencia escolar y el rendimiento académico…….. 81
4.2.1 Cómo la empatía mejora la colaboración y disminuye el acoso escolar……..….. 81
4.2.2 Relación entre la empatía y la reducción del estrés en los estudiantes…… 83
4.2.3 Beneficios de la empatía en el rendimiento académico y el bienestar estudiantil…… 85
4.3 El rol de los docentes en la enseñanza de la empatía y resolución de conflictos…… 88
4.3.1 Capacitación docente para implementar estas habilidades socioemocionales……. 88
4.3.2 Estrategias pedagógicas para promover la empatía y la resolución de conflictos…….. 90
4.3.3 Ejemplos de programas exitosos en escuelas……. 93
4.4 Empatía y resolución de conflictos en la gestión de la diversidad en el aula……... 96
4.4.1 La importancia de la empatía para gestionar la diversidad cultural y social…… 96
4.4.2 Resolución de conflictos relacionados con diferencias culturales, de género o de creencias…….. 98
4.4.3 Cómo crear un entorno inclusivo y respetuoso en el aula…… 99
4.5 Evaluación del desarrollo de habilidades de empatía y resolución de conflictos en los estudiantes…….. 102

4.5.1 Métodos de evaluación de las competencias socioemocionales en el entorno escolar……...……. 102

4.5.2 Indicadores de éxito en el desarrollo de la empatía y la resolución de conflictos……... 105

4.5.3 Herramientas y estrategias para medir el impacto en el bienestar estudiantil…… 106

BIBLIOGRAFÍA……..……... 111

Prólogo

En un mundo cada vez más interconectado y complejo, el desarrollo de las competencias socioemocionales ha dejado de ser un complemento para convertirse en un pilar fundamental de la educación. Las demandas de la sociedad actual exigen no solo habilidades académicas, sino también capacidades para gestionar emociones, establecer relaciones saludables y afrontar los desafíos cotidianos con resiliencia. Es en este contexto donde la educación socioemocional emerge como una herramienta indispensable para el bienestar y el éxito de los estudiantes.

El libro titulado *Educación Socioemocional en la Escuela: Estrategias para el Bienestar y el Éxito Académico*, representa un esfuerzo por abordar de manera holística y práctica la incorporación de estas competencias en el ámbito escolar. Cada sección ha sido concebida con el propósito de ofrecer un análisis riguroso y herramientas concretas para que docentes, directivos y agentes educativos en general puedan potenciar el desarrollo socioemocional de sus estudiantes.

En este libro se reconoce que la educación no puede limitarse a la transmisión de conocimientos disciplinares. Es imprescindible considerar al estudiante como un ser integral, cuyas emociones y habilidades interpersonales juegan un papel crucial en su desarrollo. Ignorar este aspecto sería no solo una pérdida de oportunidad, sino también una forma de

perpetuar sistemas educativos que no responden a las necesidades reales de los alumnos ni de la sociedad.

La educación socioemocional, además de ser una herramienta determinante para el éxito académico, es una puerta abierta hacia el bienestar personal y colectivo. Al aprender a reconocer y gestionar sus propias emociones, los estudiantes desarrollan una mayor capacidad para enfrentar la frustración, trabajar en equipo y construir relaciones interpersonales positivas. Estas competencias trascienden las paredes del aula, impactando directamente en su futuro como adultos responsables y empáticos.

Por otro lado, la implementación de estrategias socioemocionales también beneficia a los docentes y a la comunidad escolar en su conjunto. Los educadores encuentran en estas herramientas un apoyo para crear ambientes de aprendizaje más armónicos, donde el respeto y la colaboración son valores centrales. De igual manera, las familias pueden observar cómo estas prácticas contribuyen al equilibrio emocional y al éxito de sus hijos, fomentando una participación más activa en la formación integral de los estudiantes.

Este libro no solo pretende ser una guía para la acción, sino también una invitación a transformar la manera en que concebimos la educación. Porque formar estudiantes emocionalmente inteligentes es también formar ciudadanos responsables, comprometidos y capaces de construir un futuro mejor. En un mundo en constante cambio, las competencias socioemocionales se convierten en un ancla que permite a las personas mantener el equilibrio y navegar con éxito por los desafíos que se presenten. No cabe duda de que la incorporación de competencias socioemocionales en la educación es un acto de visión a largo plazo. Se trata de una apuesta por

un modelo educativo que priorice el desarrollo humano por encima de los resultados inmediatos. Esta visión requiere un compromiso colectivo: de los docentes, que deben formarse y adaptarse a nuevas metodologías; de las instituciones educativas, que necesitan generar espacios seguros y promover una cultura basada en la empatía y la inclusión; y de las familias, quienes desempeñan un papel crucial como primeros educadores en la vida de los niños y jóvenes.

La educación socioemocional también nos invita a reflexionar sobre el tipo de sociedad que queremos construir. En un contexto global donde los desafíos como la desigualdad, el cambio climático y los conflictos sociales parecen insuperables, formar personas capaces de trabajar juntas, de comprender y valorar las diferencias, y de actuar con empatía se convierte en una tarea urgente y esencial. Así, el aula se transforma en un microcosmos donde se ensayan y desarrollan las habilidades necesarias para enfrentar estos retos colectivos.

Además, no podemos olvidar el impacto que esta educación tiene en la salud mental. Los problemas emocionales y psicológicos en los niños y jóvenes han aumentado de manera alarmante en las últimas décadas. Proveerles herramientas para manejar la ansiedad, el estrés y otros desafíos emocionales no solo mejora su calidad de vida, sino que también previene problemas mayores en la adultez. Este enfoque preventivo es, en sí mismo, una inversión en el bienestar a largo plazo.

Por último, este libro no solo pretende ser una guía para la acción, sino también una invitación a transformar la manera en que concebimos la educación. Porque formar estudiantes emocionalmente inteligentes es también formar ciudadanos responsables, comprometidos y capaces de

construir un futuro mejor. En un mundo en constante cambio, las competencias socioemocionales se convierten en un ancla que permite a las personas mantener el equilibrio y navegar con éxito por los desafíos que se presenten.

Confiamos en que estas páginas se conviertan en una fuente de inspiración y un recurso valioso para todos aquellos que, desde las aulas, tienen el privilegio y la responsabilidad de guiar a las nuevas generaciones. Cada palabra aquí escrita refleja la convicción de que una educación transformadora es posible, y que a través del desarrollo socioemocional estamos sentando las bases para un futuro más humano, equitativo y sostenible.

Los autores

Introducción

En las últimas décadas, la educación ha experimentado profundos cambios en su manera de concebir el aprendizaje y el desarrollo integral del ser humano. Si bien los logros académicos han sido tradicionalmente el eje central de los sistemas educativos hoy en día resulta evidente que el bienestar emocional y social de los estudiantes es un componente indispensable para alcanzar una formación completa y significativa. En este contexto, la educación socioemocional se ha consolidado como un enfoque fundamental para garantizar que las escuelas no solo transmitan conocimientos, sino también cultiven habilidades que permitan a los individuos prosperar en un mundo en constante evolución.

Este libro, titulado *Educación Socioemocional en la Escuela: Estrategias para el Bienestar y el Éxito Académico*, surge con el propósito de proporcionar herramientas teóricas, metodológicas y prácticas para abordar de manera pertinente la educación desde una perspectiva integral. La obra está diseñada para servir como una guía para docentes, directivos escolares, investigadores y cualquier profesional comprometido con la formación de las nuevas generaciones. A través de sus capítulos, se busca explorar cómo las competencias socioemocionales pueden ser promovidas y fortalecidas en las aulas, y cómo estas contribuyen al éxito escolar y al bienestar general de los estudiantes.

El libro está estructurado en cuatro capítulos, cada uno de los cuales aborda un aspecto esencial de la educación socioemocional. En primer lugar, se analiza la importancia del autoconocimiento y la autogestión emocional, misma que resulta una base fundamental para el desarrollo de habilidades cada vez más complejas. Asimismo, profundiza en el importantísimo papel de la inteligencia emocional como herramienta para superar obstáculos académicos y mejorar el rendimiento escolar. El tercer capítulo examina cómo las competencias socioemocionales impactan directamente en el bienestar de los estudiantes, promoviendo un ambiente escolar agradable, positivo y consecuentemente, saludable. Finalmente, se aborda la promoción de la empatía y la resolución de conflictos, elementos clave para un desarrollo socioemocional integral.

La relevancia de esta obra radica en su enfoque práctico y accesible, respaldado por evidencia científica y experiencias reales de aplicación en el aula. Cada capítulo está diseñado para ofrecer herramientas específicas que pueden ser adaptadas a contextos educativos diversos, reconociendo que cada comunidad escolar enfrenta desafíos únicos y requiere soluciones personalizadas.

A medida que avancemos en las páginas de esta interesante obra académica, se destacará cómo las competencias socioemocionales no solo son fundamentales para el desarrollo escolar del estudiantado, sino también para el desarrollo de sociedades más justas, empáticas, resilientes y comprometidas. Po tal razón, invitamos a los lectores a reflexionar profundamente sobre el papel que la educación juega en la formación integral de seres humanos capaces de enfrentar los desafíos del presente y

del futuro, y a considerar la educación socioemocional como una pieza clave en este proceso transformador.

En un mundo caracterizado por la incertidumbre y los cambios constantes, el fortalecimiento de habilidades socioemocionales se convierte en una necesidad ineludible. Los estudiantes no solo deben aprender a adaptarse rápidamente a nuevos contextos, sino también a cultivar relaciones positivas y a mantener un equilibrio entre su desarrollo personal y profesional. Este libro enfatiza cómo las estrategias socioemocionales pueden servir como un puente entre el conocimiento disciplinar y la preparación para los desafíos de la vida real.

Es importante destacar que la educación socioemocional no es un proceso aislado, sino que debe integrarse de manera transversal en las distintas disciplinas y actividades escolares. Esto implica un compromiso colectivo entre docentes, estudiantes, familias y comunidades educativas, quienes deben trabajar en conjunto para crear entornos de aprendizaje seguros y enriquecedores. La participación activa de las familias, en particular, es esencial para reforzar en casa las habilidades que los estudiantes desarrollan en la escuela, cerrando así el círculo de apoyo necesario para un desarrollo integral.

Por otra parte, el impacto de la educación socioemocional trasciende las aulas y se extiende hacia la construcción de una sociedad más justa y solidaria. Al formar individuos capaces de gestionar sus emociones, de comprender a los demás y de actuar con empatía, contribuimos a la prevención de conflictos y a la promoción de la paz en todos los ámbitos de la vida.

Estamos convencidos de que el conocimiento compartido en esta obra será una valiosa contribución para enriquecer las prácticas pedagógicas y fomentar un cambio positivo en la vida de los estudiantes, sus familias y sus comunidades. Que este libro sea un punto de partida para inspirar nuevas estrategias y enfoques que coloquen el bienestar y las emociones en el corazón de la educación.

Los autores

CAPÍTULO I
IMPORTANCIA DEL AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOGESTIÓN EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

1.1 Generalidades

Este trabajo se inicia a partir de reconocer que en la actualidad existe una imperiosa necesidad de cultivar habilidades socioemocionales. Estas habilidades son esenciales para el autoconocimiento y la gestión emocional, especialmente en los niveles iniciales de educación. La formación académica no puede limitarse únicamente al desarrollo de conocimientos teóricos; debe, además, enfocarse en la adquisición de capacidades que permitan a los estudiantes manejar sus emociones y establecer relaciones interpersonales efectivas (Valentina & Raymundo, 2022). En un entorno cada vez más interconectado, la habilidad para comprender y regular las emociones propias se erige como un componente crucial para el bienestar tanto personal como social de los jóvenes. La educación del siglo XXI debe integrar esta dimensión emocional, reconociendo que el éxito académico no es suficiente sin el acompañamiento de una sólida formación en competencias socioemocionales que preparen a los estudiantes para enfrentar los desafíos de la vida contemporánea (Martín et al., 2019).

Estas habilidades son aquellas competencias esenciales que están directamente relacionadas con la identificación, comprensión, interpretación y respuesta adecuada ante diversas situaciones emocionales que se presentan en la vida diaria. Estos conocimientos, que abarcan tanto el ámbito afectivo

como el cognitivo, son fundamentales y se asocian íntimamente al desarrollo evolutivo del niño. Todo esto, además de que se generan a partir de la interacción dinámica del organismo con su medio circundante, donde el entorno juega un papel crucial en la formación de estas competencias (Williams et al., 2024). De este modo, se vuelve posible y esencial estimular de manera efectiva la integración de habilidades mentales y emocionales del individuo. Esto se debe a que la estructura corporal y la composición mental del ser humano están condicionadas y moldeadas por la interacción continua entre el ser humano y aquello que le envuelve, estableciendo un impacto significativo en su desarrollo integral y bienestar emocional.

Esta interacción constante y continua entre individuos permite un aprendizaje significativo que trasciende el ámbito cognitivo, incorporando también el desarrollo emocional de manera armónica y complementaria. Además, es de suma importancia fomentar estas habilidades, ya que su impacto positivo en las relaciones interpersonales se hace evidente, contribuyendo a mejorar la comunicación y la empatía entre personas. La autodisciplina se ve reforzada mediante estos aprendizajes, lo que a su vez facilita la capacidad de afrontar adversidades con mayor resiliencia y fortaleza. Estos aspectos son vitales en la formación integral del individuo en el contexto educativo, ya que no solo se busca desarrollar competencias académicas, sino también habilidades sociales y emocionales que son esenciales para el éxito en la vida diaria y en la convivencia social (Arguello Urbina & Sequeira Guzmán, 2016). Así, el desarrollo de estas competencias va de la mano con el crecimiento personal y social de cada individuo. Esto permite a los estudiantes no solo comprender sus propias emociones, sino también gestionar sus reacciones ante diversas situaciones, lo que favorece un ambiente de aprendizaje más saludable.

La finalidad de indagar en estos diferentes aspectos es que las personas puedan lograr adquirir y aplicar los conocimientos y habilidades que les faciliten un adecuado desarrollo de su responsabilidad y cooperación en el ámbito personal, social, laboral y académico. Esto se traduce en fomentar continuamente actitudes y valores que propicien un equilibrio emocional y una satisfacción interior plena, así como un crecimiento integral que impacte positivamente en su vida diaria y en sus interacciones con los demás (Sánchez-Gómez et al., 2020). Es esencial que cada individuo se sienta empoderado para enfrentar los desafíos que surgen en distintos contextos, promoviendo así una cultura de apoyo y entendimiento mutuo.

A lo largo de la temática, se analiza la influencia que el autoconocimiento y la autogestión emocional ejercen sobre el individuo, ya que el resultado de estas dos capacidades tiene que llegar a la competencia de comunicación y relación con los demás (Jeklin, 2016). Así, el conjunto de competencias emocionales estudiadas resulta de vital necesidad para que el educador las adquiera y aplique con cada uno de los alumnos, llegando a la conclusión de que, a partir del modelo de intervención educativa basado en la inteligencia emocional, tu meta no será solamente la de ayudarle a asimilar conceptos, sino también a asimilar actitudes.

En el nuevo siglo, nuestro mundo se ha vuelto cada vez más interdependiente e interrelacionado, lo que ha llevado a que las fronteras nacionales sean menos relevantes y que se convierta en un espacio global. Este cambio ha transformado nuestras comunidades en entidades conectadas, donde el bienestar de un solo integrante se encuentra íntimamente vinculado al bienestar de todos los demás (Tigrero Barberán, 2022). En otras palabras, en esta época en la que todos los seres humanos están más cerca de lo que nunca han estado en la historia, las interacciones y

relaciones humanas adquieren cada vez mayor significado y complejidad. La necesidad de entender y colaborar se vuelve esencial, ya que nuestras vidas se entrelazan de maneras que afectan a cada individuo, impulsándonos a construir un futuro compartido donde todos tengan un papel importante.

En este marco tan dinámico y lleno de cambios, la educación emocional adquiere una nueva y crucial dimensión que no se puede subestimar. La manera de sentir, así como la forma de expresar los afectos, siempre está condicionada, no solo por el lugar de origen de cada persona, sino también por el contexto y la situación personal y familiar que vive cada individuo a lo largo de su vida (Sánchez & López, 2019). Sin embargo, lo realmente fascinante y positivo es que, en la actualidad, los sentimientos y afectos se comparten de manera más universal y amplia que nunca, lo que significa que cada vez se tiene muchas más afinidades y conexiones con las emociones de otras culturas y diversos contextos. Este fenómeno destaca y resalta la importancia de la comprensión emocional en nuestra sociedad contemporánea.

El término educación emocional hace referencia a un ámbito de intervención educativa que es sumamente importante y relevante en el que se promueve de manera activa y significativa el desarrollo de la habilidad esencial para identificar, comprender, expresar y regular de manera adecuada las emociones que son perceptibles tanto en uno mismo como en los demás. Este enfoque educativo busca no solo el bienestar individual, sino también la mejora de las relaciones interpersonales, fomentando un ambiente de empatía y entendimiento mutuo. La educación emocional se convierte así en un pilar fundamental para el desarrollo integral de las personas, permitiendo que adquieran herramientas útiles para gestionar sus propias emociones y comprender mejor las de los otros.

Además, también se busca fortalecer la capacidad de manejar, apreciar y reconocer el contexto emocional presente en diversas situaciones, al mismo tiempo que se entiende con mayor claridad las necesidades personales propias que pueden surgir en diferentes circunstancias. Este enfoque no solo permite a los individuos tener una mejor gestión emocional y un equilibrio en sus sentimientos, sino que también fomenta una relación más saludable y profunda con las emociones ajenas, facilitando así interacciones más empáticas y comprensivas con los demás.

La importancia de la educación emocional ha crecido de manera notable y significativa como consecuencia de los múltiples y profundos cambios sociales que se han estado observando en las diversas dinámicas y realidades que rodean en las últimas décadas. Esta situación se debe a que las habilidades emocionales, en el contexto actual de nuestra sociedad multidimensional, adquieren un valor singular y muy especial cuando se trata de vivir con los demás en armonía, tranquilidad y paz (Granados López & García Zuluaga, 2016). Además, estas habilidades son cruciales para comprender y ayudar a las personas que rodean en diferentes y a veces complicadas situaciones. Asimismo, es fundamental ser una persona responsable y comprometida al cumplir con las diversas tareas adquiridas, ya sean laborales o personales, y con las obligaciones que emergen en nuestro día a día. A medida que las interacciones humanas se vuelven más complejas y variadas, el desarrollo de estas competencias emocionales se convierte en una necesidad apremiante e indispensable para el bienestar colectivo y la convivencia pacífica (Núñez Naranjo & Gaona Soto, 2021). En consecuencia, la educación emocional no solo es un recurso valioso, sino un pilar esencial que favorece relaciones más sanas y efectivas entre los individuos dentro de nuestras sociedades cambiantes y diversas.

Es decir, estas habilidades son fundamentales para respetar, valorar y potenciar las interacciones con las personas. En este contexto interesante y relevante, por lo que se debe admitir que el desarrollo de las habilidades emocionales se configura como una de las directrices más significativas para el desarrollo integral en todos sus aspectos, tanto a nivel personal como colectivo (Caballero-Grande, 2010). Los resultados de diversas investigaciones recientes destacan la importancia y la utilidad de las habilidades emocionales en un mundo social que anhela ser más tranquilo y pacífico, así como humana y ecológicamente más sostenible. Esto implica que las habilidades emocionales no solo son relevantes en el ámbito personal, sino que también juegan un papel crucial en la construcción de comunidades y sociedades más cohesionadas.

1.2 Fundamentos teóricos

Es crucial recalcar la gran importancia de entender a fondo el conocimiento emocional de los estudiantes (Hormazábal Muñoz, 2022). Se trata de un área clave, específica y particularmente distinta de la inteligencia académica convencional, pero que se corresponde, en líneas generales, con toda la inteligencia práctica o aplicada que se encuentra en la vida cotidiana. Conocer y entender las distintas emociones que experimentan supone un antecedente fundamental para su regulación y adecuada modulación. En este sentido, si es posible educar o enseñar matemáticas, o las normas de cortesía y respeto, por ejemplo, también es posible e incluso necesario proporcionar una enseñanza relativa a las competencias emocionales. Esto implica desgajar dichos procesos en componentes individuales y permitiendo así un conocimiento profundo, una conciencia clara, una expresión auténtica y una regulación efectiva por parte del individuo

(Fernanda & Naranjo, 2018). Una consecuencia muy liberadora de dichos procesos que debe tomarse en consideración como un antecedente de la salud emocional y general de los alumnos. Este enfoque no solo beneficia su bienestar emocional, sino que también se traduce en una mejor adaptación social y personal en sus vidas cotidianas.

Es esencial y de suma importancia contar con un adecuado autoconocimiento, así como con una correcta autorregulación emocional, ya que esto representa una responsabilidad fundamental dentro del ámbito de la educación básica (Payá, 1992). Es indiscutible que, aunque la maduración emocional es un proceso facilitado por la edad y el desarrollo personal de cada individuo, hay que señalar que la regulación de las emociones debe ser, en buena medida, una labor que dependa de la voluntad y del esfuerzo individual de cada persona. Por tanto, se puede afirmar que se trata de una labor que es educable y que debería ser enseñada y cultivada de manera sistemática desde la más temprana edad tanto en las instituciones educativas como en el hogar, donde los padres juegan un papel crucial en este proceso formativo.

En la medida de lo posible y dentro de las capacidades docentes, se debe promover de manera activa la adquisición de un ajuste individual que permita al alumno no solo aprender, sino también percibirse como competente socialmente y en control de sus impulsos y emociones. Estas emociones, que son parte de nuestra vida diaria, invitan a actuar en consecuencia, teniendo en cuenta que, si se logra reeducar adecuadamente nuestros propios impulsos y emociones, se podrá gestionar de manera más efectiva y adecuada las relaciones interpersonales. Esto se logra a través del autoconocimiento y la autogestión de la inteligencia emocional, lo que fomenta una mejor comprensión de cada individuo y un manejo de las

interacciones humanas que será más efectivo y enriquecedor a lo largo del tiempo.

1.2.1 Concepto de autoconocimiento y autogestión emocional

El autoconocimiento se refiere al profundo reconocimiento y toma de conciencia del sujeto en relación con sus propias emociones, pensamientos y comportamientos. Este proceso es a la vez fundamental y esencial, ya que no solo permite comprender quién es el ser humano realmente, sino que también influye de manera significativa en cómo se interactúa con el mundo que lo rodea y en cómo se relaciona con todos aquellos que acompañan en la vida (Vidal, 2017). Además de esto, este viaje interno de descubrimiento personal y autoexploración ayuda a identificar con mayor claridad nuestras fortalezas y debilidades, facilitando así un crecimiento personal continuo y enriquecedor. Al profundizar en la comprensión personal, en el desarrollo de la capacidad de mejorar las habilidades interpersonales y de ajustar nuestras reacciones ante diversas circunstancias. La autoconciencia, por lo tanto, se convierte en una herramienta invaluable para alcanzar una vida más plena y satisfactoria, en la que se puede actuar con mayor autenticidad y coherencia (Montgomery Urday, 2014).

El autoconocimiento emocional es un proceso fundamental que implica la precognición de las emociones propias y ajenas. Crear redes de pretensión puede emplearse como un útil filtro que ayuda a segregar las propias emociones y a asumir un rol específico y adecuado en un contexto social determinado; esto se torna especialmente relevante en entornos educativos. Sería de suma importancia que los educadores no solo lograran reconocer sus propias emociones y sentimientos, sino que también pudieran identificar cuáles de estas están afectando su estado de ánimo en un

momento dado (Merino Villeneuve, 2015). Esto sería crucial para poder regular sus reacciones y comportamientos, o simplemente actuar de manera consciente, evitando que su estado emocional genere un impacto negativo sobre las relaciones interpersonales que establecen con sus estudiantes y colegas (Putz et al., 2012). El autoconocimiento emocional no solo enriquece la vida personal, sino que también se convierte en una herramienta indispensable para fomentar un ambiente académico positivo.

El autoconcepto, desde una perspectiva educativa profunda y enriquecida, comprende un conjunto amplio y variado de conductas que son observables y, a la vez, cuantificables de forma precisa y sistemática (Meyer & Allen, 1991). El cuidado de uno mismo surge, en gran medida, del hecho de ser completamente consciente de las propias respuestas emocionales, lo cual es crucial para el desarrollo personal, y también implica tomar de cierta manera la responsabilidad de dichas respuestas. Se conoce que las emociones, en un sentido más amplio, influyen profundamente o forman parte esencial del funcionamiento intelectual, del aprendizaje y de la comunicación del ser humano, generando un estado afectivo significativo en las personas que puede impactar directamente en su vida diaria, en sus relaciones interpersonales y en su bienestar general (Dong et al., 2024). Es fundamental comprender que el manejo adecuado de estas emociones puede determinar en gran medida cómo se lleva a cabo el proceso de aprendizaje y la interacción social, afectando no solo el rendimiento académico, sino también la salud emocional de los individuos.

1.2.2 El rol del autoconocimiento en el desarrollo personal

El autoconocimiento es vincularse para sí mismos. Es el proceso mediante el cual se va obteniendo la percepción de diversos hechos y potencialidades. Su

importancia se puede ver en el desarrollo personal, ya que proporciona estabilidad emocional y conciencia; ambas actúan de freno y de guía para el comportamiento y el pensamiento (Álvarez-Aguado et al., 2020). El que se conoce tiende a ser menos impulsivo, sabe a dónde va y a dónde llegará, y poseerá un autoconcepto adecuado. Así, sabrá qué puede hacer y qué no, qué puede esperar de los demás y adónde puede llegar. Mientras que el que no se conoce tendrá inseguridad y autoestima baja, y será más impulsivo por no tener certeza de sus límites. Además, promueve también un mejor uso de las capacidades emocionales y cognitivas. Conocerse representa un aspecto fundamental al tomar decisiones, partiendo de una realidad personal.

La sociedad está en continuo cambio, es importante garantizar que los estudiantes sepan tomar sus decisiones como sujetos integrales que incluyen razón, emoción y sensorialidad. Por lo cual, se debe preparar el terreno a la autoeducación. Pero para llegar hasta aquí, el alumno debe conocerse, es decir, obtener el autoconocimiento o el conocimiento de sí mismo. A través de este conocimiento, se puede lograr una actitud objetiva, libre, constructiva y responsable. Todo esto influirá en una autovaloración e imagen personal. Por esto, resulta importante destacar la necesidad de la gestión de nuestras propias emociones para una vida más equilibrada; por ello, es fundamental que este aprendizaje comience desde los primeros años y dialécticamente vaya integrándose con el desarrollo de los procesos cognitivos.

1.3 Desarrollo del autoconocimiento y autogestión emocional en la educación básica

Partiendo de la importancia fundamental del autoconocimiento y la autogestión emocional como el pilar central de la inteligencia emocional, se propone con entusiasmo el desarrollo del autoconocimiento y la autogestión

emocional para la educación básica desde diferentes y variados enfoques (Becerra García et al., 2021). Con el enfoque cognitivo, los estudiantes tienen la capacidad de comprender que las emociones influyen profundamente en sus pensamientos y, por consiguiente, en sus conductas; que es necesario observar e identificar activamente qué piensan y sienten, qué estímulos específicos desencadenan diversas emociones y qué emociones generan en respuesta, así como éstas influyen en su actuar cotidiano. Además, es fundamental entender que cada emoción tiene un mensaje y una función distinta que debe cumplir en su desarrollo personal y social, lo cual resulta clave para un aprendizaje significativo y efectivo.

Desde el enfoque de las neurociencias, los estudiantes comprenderán que se pueden controlar de manera efectiva y con éxito las respuestas emocionales en diversas situaciones que se presentan en la vida cotidiana (Bland et al., 2024). Es fundamental enseñar a detener la activación de las amígdalas, esas dos hermanas gemelas ubicada en el área del sistema límbico del cerebro humano, las cuales se encargan de realizar todo el complejo proceso inconsciente y automático de detección de estímulos significativos de tipo emocional. Estas estructuras cerebrales son responsables, además, de la rápida respuesta que se da ante esos estímulos, ya sean respuestas de escape o de ataque, y esto puede variar dependiendo del contexto. Por lo tanto, es crucial entender cómo intervenir en este proceso para poder gestionar nuestras emociones de forma más efectiva y consciente, lo que a su vez permitirá interactuar mejor con los demás y tomar decisiones que sean menos impulsivas y más reflexivas.

El hecho de que estas dos emociones primarias sean tan volátiles y rápidas las convierte en casi imposibles de evitar, una vez que el individuo sea plenamente consciente de que la emoción en cuestión ha ocurrido. Aparte

de que, por su carencia de información y contexto, enfrentar a ellas de manera inadecuada no sería apropiado ni recomendable. Por ello, la adecuada autogestión emocional debe realizarse principalmente en el control de las emociones secundarias que se generan a partir de las tres emociones primarias básicas: el enfado que se relaciona con el miedo, la tristeza que infinita y constantemente se entrelaza con la tristeza, y la alegría que, al ser igualmente fundamental, se conecta con la alegría misma (Jeklin, 2016). De esta manera, se puede emprender un proceso efectivo de autogestión conductual que permita un mejor manejo de nuestras reacciones y emociones ante diferentes situaciones de la vida cotidiana.

Si no es posible gestionar adecuadamente las emociones y controlar las emociones secundarias que surgen en las diversas situaciones que se enfrentan en nuestra vida cotidiana, tampoco se podrá gestionar de manera efectiva su repercusión en el pensamiento posterior ni en las conductas que se derivan de esos pensamientos (Chaverri Chaves & León González, 2022). Es crucial entender que la forma en que se maneja las emociones puede tener un impacto significativo en nuestra vida en general. Por este motivo, se vuelve fundamental aprender a aplicar una educación emocional efectiva y promover, con ello, tanto la autogestión emocional adecuada como el autoconocimiento emocional que es absolutamente necesario para el desarrollo personal y emocional adecuado que todos desean y necesitan. Desarrollar estas habilidades emocionales puede ser un proceso enriquecedor y transformador, que lleva a entender mejor nuestras propias respuestas y reacciones, y así, llevar una vida más plena y satisfactoria.

1.3.1 Estrategias y métodos para fomentar el autoconocimiento y autogestión emocional

Con relación a las estrategias para desarrollar la competencia de recursos emocionales en los discentes, se suelen recurrir a una variedad de técnicas y métodos que ayuden a los estudiantes a reconocer y comprender sus emociones de una manera mucho más efectiva y consciente. Es aquí donde se plantea la principal complicación ya apuntada con antelación al iniciar la revisión de estas estrategias: la necesidad de un manejo eficiente de las emociones (Andrade-Torres et al., 2024). Esa gestión emocional se enseñará y entrenará mediante métodos que incluirán el reconocimiento e identificación de las emociones y sus diferentes matices. Por lo tanto, el punto de partida será un trabajo individual previo y minucioso al tratamiento de las competencias emocionales, esto es, la formación de un adecuado desarrollo personal y emocional por parte del alumnado, que les permita avanzar hacia un mejor entendimiento de sí mismos y de su entorno emocional. Este proceso inicial es fundamental para sentar las bases necesarias que facilitarán la adquisición de habilidades que serán útiles a lo largo de su vida académica y personal.

Es por ello por lo que al plantearse una serie de reflexiones profundas y bien fundamentadas con relación al diseño y utilización de un portafolio emocional como herramienta clave para fomentar el autoconocimiento emocional, así como también la coherencia emocional o autenticidad del alumno dentro del ámbito educativo contemporáneo. Para desarrollar este proceso de manera efectiva, se deben llevar a cabo dos estudios rigurosos. El primero de ellos aborda la calidad y fiabilidad de los instrumentos de evaluación que se utilizan para comprobar la adecuada alineación con la

teoría, con el objetivo de medir de manera precisa el constructo de inteligencia emocional, un aspecto fundamental en el desarrollo personal y académico de los estudiantes. En cuanto al segundo proceso, se ha mostrado evidencias concretas y relevantes sobre la validez de la teoría en contextos educativos específicos, subrayando así la importancia de estas herramientas en la formación integral de los alumnos (Guanoluisa Rodríguez, 2021; Montoya Londoño et al., 2021).

Por último, un método que bien podría resultar sumamente beneficioso para los estudiantes es el empleo de un blog, que se utilizaría específicamente para trabajar la parte de autoestima y autoconocimiento de cada uno. Se propone crear una pequeña rutina semanal en la que, cada día, el alumno tenga la oportunidad de mostrar una imagen que le represente y, posteriormente, exprese una emoción en relación con la misma. Esta actividad no solo fomenta la reflexión personal, sino que también permite a los compañeros del grupo elegir qué emoción fue la que más ha trabajado esa semana en particular y razonar el porqué de su elección. Además, pueden aportar otras posibles emociones que podrían estar reflejadas en la imagen, enriqueciendo así el proceso de autodescubrimiento y fomentando un diálogo significativo entre los participantes.

1.3.2 Beneficios de la implementación de estrategias efectivas para el desarrollo del autoconocimiento

Dentro de los distintos estudios realizados en torno al autoconocimiento personal y profesional, así como también a la autogestión emocional en diversas situaciones, se puede encontrar numerosos beneficios y resultados positivos que contribuyen de manera significativa a la mejora del clima escolar (Nunez-Naranjo, 2022). Este clima más favorable se traduce en un

aumento del rendimiento académico de los estudiantes, lo que es esencial para su desarrollo integral, además de fomentar un ambiente colaborativo entre ellos y sus docentes (Bermeo Mera, 2023). A través de estas prácticas, se promueve una correcta toma de decisiones, tanto de los docentes en su labor educativa como de los estudiantes en su proceso de aprendizaje, lo que genera un impacto duradero y constructivo en la comunidad educativa.

El conocimiento profundo y la competencia en el propio mundo emocional permiten a las personas no solo prevenir esfuerzos innecesarios en diversas áreas de su vida, sino también rendir mucho mejor en sus actividades cotidianas y laborales. Al ser conscientes de sus emociones, pueden trabajar de forma más efectiva y organizada, gestionar mejor su tiempo y recursos, y adaptarse a las cambiantes circunstancias con agilidad. También les facilita comunicarse con los demás de una manera más eficaz y fluida, logrando establecer relaciones más sólidas y significativas. Además, este entendimiento emocional les ayuda a resolver conflictos de manera más constructiva, lo que contribuye a crear un ambiente de cooperación y respeto mutuo. En última instancia, estas habilidades no solo promueven un ambiente social positivo, sino que también conducen a que las personas sean más felices y estén más satisfechas con sus vidas cotidianas. Este conjunto integral de habilidades emocionales es esencial para crear un ambiente educativo saludable y productivo, donde tanto maestros como alumnos tengan la oportunidad de prosperar, crecer personal y profesionalmente, y alcanzar sus objetivos de aprendizaje de manera efectiva.

Se han encontrado una serie de beneficios generales al implementar los distintos modelos de autoconocimiento y autogestión emocional en el ámbito educativo, los cuales son cada vez más reconocidos por educadores y expertos en pedagogía. Al interior del aula, la integración de la inteligencia

emocional no solo mejora el desempeño académico de los estudiantes, sino que también enriquece la calidad de las relaciones interpersonales entre ellos, fomentando un ambiente de cooperación y respeto. Además, se observan incrementos significativos en los niveles de satisfacción y de compromiso de todos los miembros de la comunidad educativa, lo cual conlleva a un clima escolar más positivo y saludable. Este fenómeno, a su vez, facilita la convivencia pacífica y armoniosa entre estudiantes y docentes.

Los impactos positivos se extienden también al rendimiento académico, ya que la implementación de estos modelos mejora notablemente el proceso de enseñanza-aprendizaje, así como los resultados académicos en las áreas evaluadas en pruebas estandarizadas. Es evidente que la educación emocional se está convirtiendo en un componente clave para el éxito en el sistema educativo actual.

El impacto de la formación en inteligencia emocional se manifiesta de manera notable en el rendimiento académico de niños que requieren apoyo educativo, al tiempo que repercute de forma positiva en la calidad de vida, el bienestar y el desarrollo profesional de los docentes. Los educadores que participan activamente en programas destinados a fortalecer sus competencias emocionales reportan mejoras significativas en múltiples dimensiones de su práctica pedagógica. Entre estas mejoras se incluyen un aumento notable en la motivación y el compromiso hacia su labor, así como una optimización en la calidad de las relaciones interpersonales con sus colegas. Adicionalmente, se evidencia un progreso en habilidades de autorregulación y control emocional, lo cual, a su vez, favorece el desarrollo de capacidades de liderazgo dentro del entorno educativo. Esta transformación no solo beneficia a los docentes en su desempeño, sino que

también crea un ambiente más propicio para el aprendizaje y la inclusión de todos los estudiantes.

1.4 Beneficios de la implementación de estrategias para la autogestión emocional en educación básica

Es imprescindible profundizar en la relevancia y en los numerosos beneficios que pueden surgir de la implementación de estas estrategias, así como de otras que también promuevan la autogestión emocional. La autogestión emocional se define como la capacidad de manejar y regular nuestras emociones, lo que incluye tanto aumentarlas como disminuirlas, con el objetivo de alcanzar metas específicas y concretas (Becerra, 2022; Couvillion, 2003). Esta habilidad se manifiesta a través de comportamientos significativos, como, por ejemplo, la capacidad de posponer gratificaciones inmediatas y de evitar emitir juicios apresurados que puedan afectar nuestras decisiones. Además, la autogestión emocional es fundamental porque proporciona herramientas para generar nuestro propio bienestar, fomentar el autocontrol y desarrollar un fuerte sentido de la responsabilidad.

Estos elementos son esenciales en nuestras vidas, ya que también sirven para incrementar nuestras habilidades de adaptación ante diferentes situaciones y, en consecuencia, aumentar nuestra productividad. Entre los beneficios que se pueden observar a corto plazo como resultado directo de una adecuada autogestión emocional, se encuentran un mejor manejo de la ilustración y una mayor tranquilidad, lo cual facilita un enfoque más eficiente de la atención y del aprendizaje en las tareas asignadas.

A corto plazo indirecto contribuye a la comunicación efectiva, defendiendo que sea más congruente y exista un mejor manejo del lenguaje. Estas competencias emocionales son aptitudes que deben fomentarse en los

niños, ya que los ayuda a ser más responsables, perseverantes, alegres e independientes, con cierta empatía en su entorno. Desarrollando eficazmente una gran capacidad de recuperación y adaptación a los cambios constantes que la vida les demande. Tener habilidades para la autogestión emocional permite reconocer nuestras fortalezas y debilidades en el aspecto personal y profesional para establecer nuevas metas. También ayuda a tomar conciencia de nuestro bienestar y sentirnos inmersos en la realidad de una forma positiva y en constante crecimiento. La autogestión emocional se refiere a ser consciente y manejar las formas en que las emociones influyen en tus decisiones y comportamiento.

1.4.1 Impacto en el desempeño académico

En la actualidad, una de las tendencias más relevantes e importantes que ha surgido en el ámbito educativo es la creciente importancia de la inteligencia emocional y, por ende, la necesidad vital de desarrollar desde temprana edad habilidades y competencias relacionadas con el autoconocimiento y la autogestión emocional de los estudiantes. Esto, no solo se refiere a la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones, sino también a la habilidad de manejar y regular las emociones de manera adecuada en diversas situaciones, lo que resulta esencial para el desarrollo integral de los jóvenes (Núñez-Naranjo, 2024). En relación con lo anterior, diversos estudios han demostrado que el bajo desempeño académico puede ser resultado de dificultades emocionales profundas, tales como el estrés y la ansiedad, las cuales impactan negativa y considerablemente en el rendimiento escolar y en la motivación de los estudiantes. La creación de un entorno educativo que fomente el desarrollo emocional puede contribuir de

manera significativa a mejorar la calidad educativa y promover un aprendizaje más efectivo.

Tradicionalmente, en el ámbito de la psicología, se han esbozado dos conceptos principales de gran relevancia al respecto: las emociones y los sentimientos. Las primeras se refieren a estados afectivos que son más instintivos y de corta duración, mientras que los sentimientos corresponden a respuestas emocionales que son más elaboradas y prolongadas en el tiempo, generalmente enfocadas hacia estímulos específicos y concretos (Minsberg & Morales, 2018). Con el paso del tiempo, estas definiciones dieron lugar a la aparición de dos nuevos constructos psicológicos que han cobrado importancia en el análisis del comportamiento humano: el autoconocimiento y la autogestión emocional. Estos conceptos, que surgen del estudio de cómo los individuos perciben y regulan sus propias emociones, se asumen como pertinentes desde un enfoque integral del individuo, teniendo en cuenta tanto su dimensión emocional como sus capacidades de autorreflexión y control.

También se abarca el autoconocimiento emocional, que se refiere a la comprensión plena de nuestras emociones y su impacto en nuestro comportamiento. La autoevaluación emocional implica reflexionar sobre nuestras emociones y sus efectos. Además, se consideran las habilidades básicas de relación social, que son fundamentales para interacciones diarias, así como las habilidades de relación social avanzadas, que permiten construir y mantener relaciones más complejas y significativas.

1.4.2 Impacto del autoconocimiento en las relaciones interpersonales

Las relaciones humanas son fundamentales para afrontar la vida cotidiana de manera satisfactoria (Ortiz Mancero & Núñez Naranjo, 2021). En todos los

ámbitos de la vida (familiar, laboral y social) el ser humano se encuentra continuamente relacionándose con otras personas, con diferentes personalidades e intereses, con los que es posible que se deba interactuar. Ante tal situación, se hace inevitable que aparezcan problemas o malentendidos. Adquirir habilidades sociales es una variable importante que ayudará a ser resolutivos ante estas situaciones y, en definitiva, a obtener relaciones interpersonales satisfactorias.

Comprender cómo es el ser humano, definido como autoconocimiento, es vital para efectuar estos cambios y lograr una modificación del comportamiento más efectiva. Hay que tener en cuenta que el autoconocimiento no garantiza al 100 % la resolución de los problemas cotidianos y la asunción de todos los retos; no obstante, no cabe duda de que constantemente se tiene noticias de la ayuda que puede prestar saber las propias características y limitaciones a la hora de solucionar los conflictos. Por tanto, parece razonable que contar con el máximo autoconocimiento sea un buen primer paso para influir positivamente en la concreción de nuestros objetivos en los planos personal, matrimonial, familiar, laboral, para poder representar las habilidades de forma correcta y, además, saber cuándo se encuentra utilizando o no de forma adecuada las mismas.

1.5 Desafíos y obstáculos en la integración curricular

La enseñanza es fragmentada sobre todo en países en vías de desarrollo, pues en estos, los docentes enseñan sus asignaturas y los conocimientos de forma desconectada de los sentidos subjetivos y afectivos del ser educando en su mayoría (Condori, 2010; Márquez, 2019). Es por ello que muchos han planteado la necesidad de realizar cambios en los currículos escolares, para que se contemplen dimensiones tales como la subjetividad, los procesos

afectivos y emotivos de los educandos, y en general, los diversos modos de articular los saberes. Para ello, es necesario que dichos saberes se traten de manera integrada al interior de una relación compartida entre profesores y alumnos (Trelles Astudillo, 2022). Con este propósito, se observa un avance en la orientación de las políticas educativas orientadas a la formación de sujetos autónomos y a la articulación de las emociones en el acto educativo. Dicho avance se sustenta en una comprensión acerca del papel que juegan las emociones y afectos en el desarrollo subjetivo.

Si bien existe consenso en lo anterior, también se reconoce que existen ciertas resistencias en la práctica escolar, y entre ellas en los docentes, para el logro de estas transformaciones. Estas resistencias se deben, en general, a las dificultades en gestionar la vida escolar y la clase. Así, por ejemplo, los profesores tienen dificultad para aceptar en sus prácticas cotidianas la diversidad en los ritmos y modos de aprender que provienen de las profundidades de la subjetividad de los estudiantes y frecuentemente conciben a los alumnos como un grupo homogéneo en que sus expectativas de rendimiento han de ser similares para todos ellos (Guillén Ubico et al., 2022; Lobo & Vuyk, 2023). Las condiciones cotidianas del trabajo docente, marcado hoy por la lógica de la administración neo-gerencial de las escuelas, incentivan a ocupar los limitados tiempos y recursos institucionales en las cuestiones académicas y programáticas, desatendiendo los espacios para el cuidado afectivo-ético de los estudiantes.

1.5.1 Resistencia al cambio

Las personas por lo general suelen pensar que si existen cambios son procesos de experimentación que de cierta manera producen pérdida de control y seguridad, con lo cual se cree también que, probablemente, la nueva

situación será peor que la inicial (Yubero, 1998). Si bien el actual sistema de valoraciones y actuaciones basado en las emociones dominantes es poco satisfactorio, una nueva forma basada en actuar deseo-emociones no garantiza que la próxima acción sea más exitosa, y ello anula la intención de cambio. Si bien buscar satisfacer las metas fijadas es la finalidad de cualquier acción, es frecuente que, al actuar impulsados hacia el logro de la meta, es necesario no descuidar otras.

La satisfacción y éxito de una acción no es solamente resultado de lograr los objetivos; es también el consecuente logro de estar en concordancia con el propio sistema de valores, con quienes es el individuo como ser y como persona. Así, al examinar la propuesta de acción, para la toma de decisiones, así, se precisa examinar la naturaleza de los deseo-emociones.

Existen diferentes recursos fomentar y acompañar el propio proceso de cambio y acción. En definitiva, debería resultar relevante, fundamental para que en la etapa que se inicia y para acabar con la marginalización que el proceso de educación emocional ha soportado tradicionalmente, se provea a los menores de las herramientas necesarias para llevar a cabo la transformación (Núñez-Naranjo et al., 2024). Sin embargo, nada garantiza que no existan resistencias y rechazos, aunque sí que serán superados a condición de ser conscientes de ellos, asumir la responsabilidad para cambiarlos y reconocer que forman parte de la vida cotidiana.

Después de expuestos los argumentos con los que el personal docente de primaria de centros ordinarios justifica el interés manifestado en abordar la educación emocional en el desarrollo de las competencias básicas, se puede intuir que no se encuentra frente a unos profesionales que presentan el enfoque de lo puramente cognitivo a lo psicoafectivo (Rodríguez, 2013). Dejando de lado los posibles estereotipos sobre los docentes del nivel que

motiven el análisis necesario. Se deduce, por ejemplo, que los agentes implicados en la práctica diaria consideraban que la educación emocional bien entendida y aplicada constituía una herramienta que repercutiría positivamente en los ambientes escolares medianamente correctamente.

1.5.2 Diferencias entre autoconocimiento y autogestión emocional

Luego del concepto de autoconocimiento planteado, surge el contrapunto por el manejo de las emociones en las personas. Antes de continuar con el sujeto, es importante discurrir por un concepto que difiere del anterior. Dentro de los diversos niveles de conciencia del sujeto, es interesante diferenciar el autoconocimiento del manejo de las emociones. El autoconocimiento está referido a una vivencia emocional que emerge de manera colectiva y aparece como un ente referencial de la personalidad; es solo a partir de inventariar las emociones, de admitirlas y reconocerlas que se le otorga la capacidad al sujeto de actuar con conocimiento de causa ante estas situaciones. Partiendo del autoconocimiento previo, surge un cambio significativo que depende de la cognición y las emociones de la persona. Es sabido que coexisten emociones primarias que son las que se relacionan con pilares básicos del funcionamiento del individuo: el miedo, la alegría, la tristeza, la repugnancia y la ira; todas agregan cualidad al motivo del comportamiento en situaciones concretas (Ortiz Mancero & Núñez Naranjo, 2021).

Es en los cuales se modifican las emociones y surgen unos segundos ordenados, y a veces un tercer orden que nos permite actuar. A modo de ejemplo, una persona puede tener la sensación de miedo, que genera la tristeza, y es el miedo a la relación del psicólogo con la situación concreta el que termina por generar el abandono o huida del motivo que la origina con

un empuje especial. Se considera manejo de emociones a las diferentes acciones que regulan o modulan las manifestaciones visibles y que cada emoción valore, según el grado de adaptabilidad que posean en régimen particular. Según los planteamientos de diferentes autores, algunos estudian este proceso en tres fases: la interpretación emocional de su estímulo, la planificación de una respuesta y la implementación de la respuesta, mientras que existen otros autores que consideran hasta cinco fases este procesamiento: percepción, codificación, significado atribuido, regulación y respuesta.

1.6 Síntesis del capítulo

El autoconocimiento y la autogestión emocional son aspectos que las personas desde temprana edad deben adquirir. Desde hace ya algún tiempo se han venido realizando diversos estudios sobre cómo afrontar y controlar las emociones, y es indiscutible que el vacío de este tipo de habilidades dentro de las aulas ha repercutido en la comunidad educativa desde múltiples ángulos. Por esta razón, lo que se plantea en el presente estudio es que se promueva en las familias, docentes, directivos y orientadores, así como en la comunidad estudiantil en general, que se asuma la importancia de trabajar desde un plano de desarrollo personal, que incluya y destaque la inteligencia emocional como elemento esencial, no solo durante la etapa de educación superior, sino también a lo largo de la vida. El autoconocimiento emocional supone una constante operación de autoobservación, identificando y nombrando lo que siento, permitiéndome tener presente toda esa gama de vivencias internas que me están marcando.

Por esta razón, para una potenciación adecuada de la función de autoconocimiento emocional, la educación debería fomentar un tipo de

aprendizaje personal, para que los sujetos estén sensibles a sus actividades cotidianas, garantizando así su eficiencia. Por otro lado, la autogestión emocional se produce cuando son capaces de ponerse a nosotros mismos en un estado emocional positivo y de superar adversidades. Si se quiere potenciar la autogestión de las emociones en los alumnos, de igual manera, la metodología asumida debe propiciar, a través de experiencias de aprendizaje, que los alumnos puedan ajustar su comportamiento temporalmente para alcanzar sus objetivos con respecto a las tareas escolares.

La visión de síntesis del autoconocimiento y la autogestión emocional en la educación básica dirigida a estudiantes que surge a partir de la interpretación de resultados de los trabajos encontrados en el proceso de revisión de la literatura. Reflexiono sobre la importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la educación básica, considerando a sus actores principales: los estudiantes. A modo de cerrar la reflexión de la problemática planteada y desde la perspectiva realizada, elaboraré ciertas propuestas para futuros procesos de enseñanza-aprendizaje en el nivel de la educación básica.

Lo que ha surgido desde los estudios que destacan y le dan un significado a la educación emocional en educación básica, es que el autoconocimiento y la autogestión se enseñan para ayudar a los estudiantes a guiarse hacia un estado emocional, el cual les permite o facilita dirigirse hacia una visión o logro a futuro, qué es más importante en el campo de la educación. El núcleo de la identidad posee dos aspectos. Primero, el ser emocional: es la base de las informaciones actuales guiadas por percepciones, recuerdos, fantasías y razonamiento del individuo. Segundo, el ser moral: está formada por la conciencia que afecta la acción. Entrando en el campo educativo se intenta modificar o cambiar habilidades o actitudes, pero nunca

ideas, creencias o valores, por lo mismo el contenido de la mayor parte de los cursos es de carácter teórico.

Los avances más importantes acerca del aprendizaje y desarrollo de la habilidad para percibir emociones se deben a varios investigadores. En un principio, se describe la inteligencia emocional como la capacidad para comprender los propios sentimientos, para expresarlos adecuadamente y para reconocer y comprender los sentimientos de los demás. De este modo, se propone la existencia de una capacidad para comprender y manejar los propios sentimientos y los de los demás. La inteligencia emocional incluye tanto una inteligencia intrapersonal, relativa a la comprensión del propio mundo emocional, como una inteligencia interpersonal, relativa a la comprensión del mundo emocional de los demás. La inteligencia emocional es una mezcla de habilidades que incluyen percatarse y comprender emociones, reconocer las propias emociones en contraposición a las de los demás, y regular diversas emociones propias y de los demás.

El estudio de la inteligencia emocional es significativo, ya que ha asistido a una emergente acelerada de esta y a una aceptación de su utilidad potencial y debido a que es un buen indicador del grado en el que una persona posee estas habilidades consiste en la propia percepción sobre la inteligencia emocional que la persona tiene acerca de sí misma. Se considera que los individuos buscan comprender y conocer las dinámicas y aspectos de su propia vida cotidiana. Se considera que el autoconocimiento permite vivir y actuar de una forma más objetiva y congruente con la forma de ser.

CAPÍTULO II
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO

2.1 El ser humano y la inteligencia emocional

Los seres humanos están continuamente en relación con nuestros semejantes, necesitando de ellos para satisfacer nuestras propias necesidades, ya sean afectivas o cognitivas. Por este motivo, la relación que se establece entre los diferentes individuos será un factor determinante en la consecución de nuestras propias metas (Castillo & Alegría, 2022). Actualmente, no existe un solo modelo de inteligencia general aceptado por la comunidad científica. Los enfoques más novedosos admiten la existencia de una inteligencia múltiple, que se mide adecuadamente a través de variables predictoras de éxitos específicos. De estos diferentes enfoques sobre la inteligencia, el que parece que tiene unas buenas predicciones del éxito en la vida real es la inteligencia emocional (Sánchez-Gómez et al., 2020).

La inteligencia emocional representa la capacidad de las personas para manejar las propias emociones, gestionar estados de ánimo internos que influyan en la capacidad de pensar y de razonar, comprender emociones de otras personas y fomentar relaciones sociales, facilitando la predisposición y actitud hacia una u otra persona (Sospedra-Baeza et al., 2022). La inteligencia emocional tiene que ver no con la capacidad que el sujeto posea de resolver problemas abstractos de carácter lógico-matemático mediante el uso de símbolos y con arreglo a unas normas formales de inferencia. De hecho, el cociente intelectual apenas influye en un 12 % si se atiende al éxito individual

medido en función de variables tan dispares como la satisfacción en la vida, el éxito social, la salud o el rendimiento laboral del individuo. El 88 % restante de estas y otras facetas del éxito humano no se hallan asociadas con el cociente intelectual, sino con características relacionadas con la inteligencia emocional (Pulido Acosta & Herrera Clavero, 2018).

El siguiente texto va enfocado a una población joven en el ámbito educativo específico para el éxito en el ámbito académico o de formación. En la actualidad, parece que el éxito académico se mide por unas puntuaciones obtenidas en exámenes, pruebas de evaluación o cualquiera de las herramientas que evalúen de forma rápida y cuantitativa los conocimientos teóricos aprendidos sobre un contenido. También se mide por la nota media a lo largo del curso o de la carrera, como si el estudio, la adquisición de conocimientos y la superación de los distintos retos de evaluación fuese capaz de intercambiarla por una cifra única (Gómez Acuñas et al., 2018).

Este documento pretende ser una ayuda en la búsqueda de la nota, siempre como resultado de unos conocimientos y un aprendizaje para evolucionar tras ese reto evaluador. Más allá del ámbito de estudio, este trabajo se refiere al éxito de cualquier reto, logro, objetivo, meta o superación de cualquier dificultad que permita avanzar y evolucionar en la vida. A menudo, la expresión tener éxito se asocia con ganar una oposición o con obtener un trabajo valorado, un sueldo elevado, etc., únicamente en relación con el ámbito profesional y al mercado laboral, de modo que otro tipo de retos personales, logros calificados por el propio sujeto como vitales, se ven minimizados y no se tienen en cuenta ni se valoran como merecen, al margen de los objetivos marcados para el estudio (ISEP, 2019).

Dentro del ámbito académico, la inteligencia emocional ha ido teniendo importancia, ya que parece recaer un alto impacto emocional en las

tareas escolares. Es conocido por todos que estados emocionales tan característicos de la adolescencia, como la dificultad para afrontar situaciones novedosas o confusas, o percepciones negativas relacionadas con la escuela afectan en gran medida al rendimiento escolar (Sandia Rondel & Guerra Vera, 2023). En un intento de disminuir estas emociones negativas y potenciar el bienestar personal de los estudiantes, así como sus posibilidades de éxito, muchas escuelas han implantado programas educativos en el aula, trabajando la inteligencia emocional. Para la mejora del rendimiento académico también existe una relación directa, ya que hay actitudes propias de la inteligencia emocional implicadas directamente en la tarea de estudio (Valdés Izquierdo et al., 2023). Afectando, por tanto, dichas actitudes a la predisposición y desarrollo respecto a la propia actividad y al manejo de las emociones propias de la misma.

El compromiso en la tarea es un predictor del rendimiento; mecanismos como la satisfacción o el tipo de emociones primarias son referentes importantes para tener en cuenta. Así como el manejo con diversas estrategias de la ansiedad para que no interfiera en la ejecución de la tarea; o ver la relación entre el estrés y el fracaso, ya que el alumnado no controla el estrés negativo por los exámenes, por tanto, dicha situación crea un rendimiento deficitario (Núñez Naranjo et al., 2021).

2.2 Generalidades sobre la inteligencia emocional

Según Goleman, la inteligencia emocional es el conjunto de habilidades psicológicas que intervienen en la capacidad de un individuo para percibir, asimilar, comprender y regular sus propias emociones y las de los demás, promoviendo una vida emocional coherente y razonable (Hatzius, 2023). Este concepto supone que el ser humano es lo que hasta ahora se llama

completamente emocional. Se refiere a habilidades inmateriales que permiten desenvolverse en nuestra vida diaria con un éxito mayor que aquellos que no las poseen. Siempre se puede potenciarlas lo que permitirá ayudar a obtener una mejor calidad de vida.

La inteligencia intrapersonal es la más cercana a la concepción clásica de inteligencia, implica una autopercepción realista, que tiene en cuenta los propios recursos y limitaciones (Rodríguez, 2013). Quienes ignoran sus defectos, poseen una autoestima exagerada o son autosuficientes, carecen de esta capacidad, o si bien no están totalmente inhibidos por ella, suelen errar frecuentemente acerca de los motivos de sus propias acciones.

La inteligencia intrapersonal engloba una serie de competencias centradas en el autoconocimiento (cómo piensa, siente y actúa uno mismo). Al tratarse de una inteligencia esencialmente reflexiva, se transforma, indirectamente, en la que dirige la conducta de una persona (Lizano & Umaña, 2008). La inteligencia emocional requiere un desarrollo de ambas inteligencias, intrapersonal e interpersonal, además de una retroalimentación entre ambas. Cada una de estas inteligencias se nutre de la otra, son independientes, aunque están relacionadas y separadas, pero de manera intrínseca (Profesora et al., 2010).

2.2.1 Definición de inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un constructo que se considera un elemento clave del ser humano que implica la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales, así como reconocer, interpretar y utilizar información de las emociones en diferentes situaciones (Gardner, 2012). La inteligencia emocional tiene una enorme influencia en nuestras vidas. El cociente de inteligencia más bajo no garantiza el fracaso, pero se puede ver

de manera clara cómo la mitad de las personas más ricas del planeta tienen un cociente intelectual promedio. Esto se debe a que la inteligencia emocional proporciona herramientas que son posibles de desarrollar individualmente, las cuales influyen de forma importante en los resultados que se obtienen del trabajo que se realiza. Se describieron una serie de elementos clave sobre la inteligencia emocional, que pueden ser: autoconocimiento, autorregulación emocional, automotivación, empatía y habilidades interpersonales.

Hay que señalar que la inteligencia emocional es la que el individuo utiliza para controlar su comportamiento y tomar decisiones dependiendo de las emociones que esté sintiendo (Ortiz Mancero & Núñez Naranjo, 2021). Es decir, es importante recalcar que la inteligencia intelectual no se encuentra relevada de importancia alguna, sino que actúa como un apoyo necesario en momentos en que la emoción no deja reaccionar adecuadamente. Así, la inteligencia intelectual y emocional funcionan de manera coordinada, siendo intrínsecas e interdependientes, y ambas, a su vez, son necesarias y fundamentales para la toma de decisiones. Son procedimientos cognitivos y/o metacognitivos encaminados a la adquisición, conocimiento y valoración de información afectiva con el objetivo de tomar decisiones.

2.2.2 Componentes de la inteligencia emocional: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales

Para entender el alcance de la inteligencia emocional, es necesario conocer sus elementos o, lo que es lo mismo, las competencias que conforman esta habilidad, entre las que se encuentran algunas de las actitudes y conductas de mayor relación con el ámbito educativo: autoconciencia emocional, habilidad para reconocer nuestros propios sentimientos y estados de ánimo;

autocontrol emocional, habilidad para controlar o redirigir nuestros estados anímicos perturbadores; autorregulación personal, capacidad para la autoevaluación y control de la conducta en función de un código de honor o de una filosofía personal; automotivación, habilidad de impulsarse y dirigir nuestras emociones para lograr nuestros objetivos; empatía, capacidad para comprender a los demás, sus sentimientos, actividades, problemas y preocupaciones; y competencias sociales, habilidades vinculadas al desarrollo de relaciones interpersonales, para el mejor desenvolvimiento dentro de grupos, equipos o en el ámbito laboral (Williams et al., 2024).

Se añaden dos formas más a esta inteligencia, la social, en base al modelo sobre las inteligencias múltiples, este comprende ocho capacidades, una de las cuales es la inteligencia intrapersonal, definida como la capacidad para identificar los propios sentimientos, situaciones, estados de ánimo, ideas y actitudes propias (Caballero-Grande, 2010). Para comprender y alcanzar la riqueza potencial de la teoría y la práctica de este tipo de inteligencia, es necesario el soporte de otro tipo de facultades conscientes y en estrecha conexión, propia de la inteligencia interpersonal, definida por las relaciones que se establecen con otras personas. De este modo, la inteligencia interpersonal es esencial para el completo desarrollo de la inteligencia intrapersonal.

2.2.3 Relación entre inteligencia emocional y éxito académico

La relación entre la inteligencia emocional y el éxito académico se acuñe estrechamente con las dificultades escolares y su intrínseca relación con las emociones (Valentina & Raymundo, 2022). Y es que las emociones juegan un papel crucial en las dificultades, ya que intervienen en sistemas básicos de actuación, necesarios para una correcta adaptación y relación del sujeto con

su entorno. Por este motivo, la inteligencia emocional se convierte en una estrategia útil para el aprendizaje, teniendo un especial interés en aquellos sujetos con dificultades escolares. La inteligencia emocional incluiría la habilidad para monitorear, comprender y expresar emociones de uno mismo, la capacidad para regular las propias emociones y la capacidad para monitorear y comprender las emociones de los demás.

Tal es así que, desde el mismo momento del nacimiento, la competencia emocional se relaciona positivamente con la motivación. De hecho, la interacción entre las emociones y los estados cognitivos de alerta y atención constituye desde el mismo nacimiento el eje vertebrador de la motivación. La investigación del constructo de la inteligencia emocional se ha ampliado también al aspecto académico (Villalba, 2020). Durante el período de escolarización de un estudiante, la relación de los componentes emocionales con los cognitivos, mentales y comportamentales en el contexto del aprendizaje provoca importantes implicaciones para la teoría y la práctica educativa.

2.3 Estudios y evidencia científica

Se ha querido indagar cuáles son los tutores y los sujetos activos de sus procesos de conocimiento y experiencia investigativa como gestores del desarrollo de la inteligencia emocional (Medina et al., 2013). La crisis de la educación requiere respuestas innovadoras. En este sentido, es necesario verificar la relación entre inteligencia emocional y el éxito académico de los estudiantes en cualquiera de sus ciclos académicos. Las variables de inteligencia emocional objeto de estudio que estarán relacionadas con cada una de las asignaturas, puesto que los estudiantes dentro y fuera de las aulas

de clase demuestra su competencia emocional, competencia social, manejo de tensiones, autoestima, motivación, adaptación y autocontrol.

El seguimiento que deben dar los tutores permite el éxito o fracaso de los escolares que no solo debe medirse al final del año con una nota académica, sino que debe ser un proceso constante de motivación y acompañamiento (Arboleda, 2023). Si al final del año académico, se obtienen calificaciones de todas las asignaturas sobre el plan de estudios y en esta se evidencia la aprobaron o no todas las asignaturas, con el propósito de relacionar el resultado académico con lo aprendido y enseñado, es también importante que se analicen de forma cualitativa las competencias e inteligencia emocional adquiridas a lo largo de su ciclo.

Respecto al éxito académico, en estudiantes que han cursado ya varios ciclos académicos el haber aprobado los cursos con antelación posibilita consagrarse más a el desarrollo de la inteligencia emocional, siempre que este proceso haya sido guiado, lo que facilita al alumno medios de integración, cooperación y compañerismo. La educación en sí es un eslabón en el proceso de capitalización simbólica de masas. La crisis es de todo el ámbito de la educación, sin duda, para los países subdesarrollados o en desarrollo, la relación entre la educación y el desarrollo es más problemática.

2.4 Mecanismos y procesos para la toma de decisiones

Los sujetos emocionalmente inteligentes conocen sus propias emociones, es decir se informan sobre el estado de ánimo, los deseos y los miedos personales e intentan emplear adecuadamente la mayor cantidad de información emocional posible (Hormazábal Muñoz, 2022).

Uno de los logros de los sujetos emocionalmente inteligentes radica en ser capaces de dirigir sus emociones hacia metas, lo que les ayuda a

sobrellevar el dolor, tolerar la soledad y movilizar energías para superar los desafíos. Por este motivo, en el siguiente esquema se observa cómo la información emocional obtenida de uno mismo es fundamental para poder cumplir correctamente todas o la mayoría de las habilidades emocionales.

Por último, y teniendo en cuenta el rol que tiene la información emocional sobre los eventos, el estado emocional y el consiguiente impacto que esta información tiene en los juicios y recuerdos queda claro que la especificidad fenomenológica de la información asociada a los recuerdos proviene, en gran parte, de los estados emocionales y estos recuerdos específicos vuelven a ser utilizados en la reestructuración y toma de decisiones. Esta coincidencia en el origen facilita la puesta en marcha de las estrategias de aprendizaje o emocionales asociadas a estas y, de hecho, los problemas en el control y regulación de los estados emocionales y las manifestaciones conductuales asociadas afectan el rendimiento académico.

2.5 Desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito académico

No solo se trata de conocer mejor nuestras emociones, sino que es necesario poner en práctica una buena gestión emocional que ayude a mejorar el rendimiento pese a situaciones emocionalmente adversas, lo que permite compartir entornos idóneos de aprendizaje en el marco del respecto y la tolerancia.

La inteligencia emocional en el ámbito académico es un competente clave para el desenvolvimiento de los estudiantes en cualquier situación presente dentro y fuera del aula de clases. Un ejemplo común sucede cuando se acerca un examen; por lo general los estudiantes sienten grandes niveles de ansiedad o miedo por reprobar, lo que los lleva, entre otros síntomas, a sentir falta de sueño, insomnio y, por tanto, cansancio y agotamiento. La

falta de sueño y el agotamiento son pilares clave para que el buen desarrollo del estudio sea imposible. Es decir, como consecuencia del propio miedo al fracaso, la ansiedad y la mala gestión emocional acaban provocando la situación que tan negativamente influye en la consecución de los objetivos (Baquerizo et al., 2014). Por tanto, ante una situación adversa como un examen, está bien tener cierto nivel de predisposición a sentirlo.

Se ha ejemplificado diferentes emociones que influyen de forma negativa en el proceso de aprendizaje: miedo, ansiedad, perfeccionismo, cansancio, estrés, baja autoestima, aburrimiento, ira, irritación, etc. La educación emocional se hace esencial porque, si bien es cierto, estas últimas influyen de forma considerable entre el ser humano y en el propio resultado de dicho proceso. Las emociones positivas, por contra, fortalecen y facilitan la adquisición de lo que se brinda. El buen uso y la buena administración del componente emocional se traduce en un mejor aprendizaje y, por ende, en unos mejores resultados académicos.

2.5.1 Programas y estrategias educativas

La propensión al empuje (perseverancia) y, a nivel global, la regulación emocional (percepción de esfuerzo como adecuado y sin estar abrumado, es decir, flujo y nivel de control atencional) son dos factores destacados para desarrollar la autodirección y crear un entorno de estímulo y confianza; resultados beneficiosos para el aprendizaje. A lo largo de las investigaciones realizadas, diferentes autores han afirmado que el pensamiento del profesorado y del equipo directivo juega un papel esencial en la mejora y prevención del abandono escolar (Cadena-Zambrano & Núñez-Naranjo, 2020; Lobo & Vuyk, 2023).

Es decir, una buena anticipación y valoración del grado de madurez e inteligencia emocional de los alumnos les permitirá encontrar o diseñar estrategias interactivas adecuadas al grupo. Por esta razón, resulta de gran interés conocer las estrategias educativas más actuales y exitosas que se han implantado en los centros educativos. Una de las que actualmente ha ganado gran popularidad en centros de educación superior es un programa de apoyo y coaching de primera generación, el cual ha sido implantado con éxito en diferentes campus.

En el ámbito educativo se encuentran diferentes experiencias que utilizan estrategias basadas en la orientación e intervención para predecir el éxito académico y personal del estudiante. Además, en un estudio en el que se analiza el perfil competencial de los estudiantes del puente, se concluye la importancia de las habilidades emocionales y metacognitivas para el éxito académico y duradero en la formación. Otro ejemplo exitoso es un programa de tutoría y orientación para el rendimiento académico del alumnado de grado, que, junto a un análisis de los resultados académicos, realiza una descripción cualitativa sobre la incidencia de tener conciencia para el logro de la realización plena del alumnado acompañado.

2.5.2 Rol de los docentes y padres en el fomento de la inteligencia emocional

Sí, el rol del profesor es fundamental, pero no se debe olvidar que en muchas ocasiones los docentes conocen poco acerca de estas teorías e intervenciones y, por lo tanto, no saben cómo hablar y tratar este tipo de inteligencia en el aula. Es por ello que se le da cada vez más importancia a la formación continua de los profesionales (Vera Pazmiño et al., 2022). Además, los padres y madres son fundamentales en el desarrollo integral de sus hijos, razón por

la cual no deben dar tanta importancia a los problemas escolares y deberían dirigir su atención hacia otras áreas del desarrollo como la afectividad, la socialización, la autonomía. Estas tres áreas curriculares son fundamentales para un mayor éxito escolar.

No solo es importante asistir a charlas sobre la educación emocional, sino que los padres y madres deben vivir en su propia piel la educación emocional en el ámbito de sus relaciones familiares. Los padres y madres trabajadores tienen una serie de actividades diarias, familiares, laborales que influyen directa e indirectamente en el desarrollo emocional de sus hijos. Delante de más de un compromiso profesional que tienen que cumplir durante el día, ¿nunca se han planteado a qué formaciones asistir para llevar de forma adecuada el rol de madres y padres? Las actividades culturales, informativas, deportivas, asistir a conferencias relacionadas con la edad del niño, charlas de educación emocional (Bermeo Mera, 2023; Montero et al., 2021). Los signos más evidentes de un grave desconocimiento en la formación para el rol parental son las siguientes: comparen qué formaciones han realizado para ser profesionales y qué formación han hecho para ser padres y madres.

2.6 Beneficios de la inteligencia emocional en el éxito académico

Una de las características del ser humano es que su comportamiento está cargado de emociones, como la ira, el miedo, la alegría y la tristeza, entre muchas otras. Las emociones son el preludio de la acción, ya que determinan el juicio que las personas tienen del mundo exterior y el mundo interior. Por lo tanto, a partir del conjunto de estos juicios, es como la persona decide el siguiente paso. Las emociones influyen poderosamente en la memoria, en el aprendizaje y en el comportamiento de la organización en general. Querer,

para sentir, para pensar, para actuar, constituyen la secuencia lógica de las aptitudes cognitivas del ser humano (Araya-Pizarro & Pastén, 2020).

Un amplio número de investigaciones indican que, si se logran aplicar técnicas precisas de manejo, se pueden suavizar, anular o utilizar favorablemente, siendo el resultado de óptimo rendimiento, felicidad y buena salud. Es por ello que, durante los últimos años del siglo XX, la inteligencia ha sido ampliamente reconocida como un factor fundamental, tanto en el ámbito social como académico. La inteligencia emocional se clasifica en inteligencia intrapersonal e interpersonal. La intrapersonal desarrolla la toma de conciencia y toma de decisiones, mientras que la interpersonal modela los comportamientos verbales y no verbales (Sánchez-Gómez et al., 2020). También se planteó un concepto denominado inteligencia emocional, el cual fue muy comentado y dio origen a innumerables investigaciones que intentan asociar la inteligencia emocional con mejores resultados académicos.

2.6.1 Mejora del rendimiento académico

En el rendimiento académico influyen numerosos factores, entre ellos, la inteligencia emocional. A menudo, los docentes se encuentran con estudiantes altamente competentes basados en la inteligencia cognitiva, pero, sin embargo, tienen problemas para afrontar sus emociones de una forma adecuada. Un claro ejemplo es aquellos que sufren continuamente por ansiedad en situaciones académicas susceptibles o bien cuando no obtienen la calificación académica deseada o esperada. Los dos primeros casos pueden derivar en cortapisas en la comunicación con otros, así como en agotamiento emocional (Corengia et al., 2013).

Además, no han desarrollado una base sólida de inteligencia emocional para sí mismos. Con respecto a la baja autoestima, se encuentra ante estudiantes carentes de motivación, cuyas causas se hallan mayormente en etapas anteriores. No obstante, es un elemento definitivo en el rendimiento académico y, dentro del ámbito afectivo, se tiene la conocida relación positiva entre la autoestima y el rendimiento académico. Los terceros supuestos coinciden con la inteligencia emocional en cuanto a la capacidad que posee sobre la motivación; es decir, aquella fuerza humana que moviliza a la persona hacia un objetivo.

En efecto, el autoconcepto del estudiante llega a ser un importante predictor del rendimiento académico; sin embargo, este se basa en los pensamientos, en lo que la persona se dice a sí misma, práctica cognitiva. Ahora bien, tal como se refiere anteriormente, la automotivación, capacidad íntimamente vinculada con el desarrollo y bienestar emocional, aparece como un factor relevante de rendimiento escolar.

2.6.2 Reducción del estrés y la ansiedad

Las habilidades específicas en la categoría manejo emocional se asocian con la reducción del estrés y la ansiedad. La inteligencia emocional desarrolla habilidades específicas que permiten reconocer las propias emociones y las de los demás, y mantener la motivación y control emocional, aceptando y manejando el estrés, el miedo y la ansiedad principalmente (Zumárraga-Espinosa, 2023). Es decir, este concepto se puede definir como la habilidad de identificar, evaluar, controlar y expresar nuestras emociones, logrando que sean experiencias que sigan a una actitud madura y adaptativa, además de influir en torno a ella con la mayor eficacia y deliberación posible.

Se puede deducir que, si el alumnado fortalece sus habilidades en la gestión de las propias emociones mediante la inteligencia emocional y, por tanto, para gestionar y regular su estrés y ansiedad, tendrá mayores posibilidades de éxito académico, ya que podrán mantener una mayor responsabilidad conductual en las tareas académicas que se les exigen y afrontar de forma óptima las dificultades por sobre las que se puedan encontrar. En una buena formación académica y, sobre todo, en la madurez requerida para que el alumnado contribuya eficazmente en la formación de su propio conocimiento, está implícita la autoconciencia que también se asocia al control emocional y esta, a su vez, a la adecuada interacción social. Desde otra esfera del saber académico también se habla de la autoconciencia como un requisito necesario para formular los juicios razonables acerca de los resultados del propio pensamiento; es decir, para desarrollar la competencia cognitiva.

2.6.3 Fomento de habilidades de resolución de conflictos

Puede ser especialmente eficaz fomentar habilidades de resolución de conflictos mediante la creación de situaciones prácticas que requieran la utilización de estas habilidades en la misma aula. La mejora de la convivencia puede ser trabajada a través de la plástica y el dibujo, tareas en las que, a través del trabajo grupal, los estudiantes tengan que llegar a acuerdos, respetar opiniones o escuchar a los demás. Otro aspecto fundamental cuando se habla de este tipo de habilidades es el establecimiento de normas y límites y de las consecuencias de no cumplir los acuerdos tomados.

Los docentes pueden permitirse encomendar a los propios alumnos la creación de un decálogo de normas de convivencia en el que participen todos los miembros del grupo, que, una vez creado, han de ser asumido por todos

los integrantes de este con el propósito de asegurar las condiciones adecuadas para el desarrollo escolar, orientar la convivencia y regular la vida en el aula (Canaza Zapata & Canaza Zapata, 2024). Esto ayudaría a desarrollar en los estudiantes un pensamiento crítico y reflexivo que los llevará a identificar los problemas, a encontrar posibles soluciones y a aportar ideas para la mejora de la convivencia en el aula. Por lo que se ubicaría esta iniciativa en el primer escalón de la prevención orientada o socialización.

Una solución alterna al proceso de conflictos que pueden ser identificados en el aula, además, incorporar potenciadores positivos de la convivencia, es el acompañamiento docente y la guía y orientación educativa. Por tanto, los propios estudiantes son agentes protagonistas del cambio social, cultura e implicados en la promoción de los valores de su grupo. El grupo deberá reflexionar y planificar, al inicio del curso, la inspección de la realización de dichas tareas: por ejemplo, un día a la semana comentar qué tal se han sentido, para identificar las emocionales después de compartir con el resto de sus pares.

2.7 Aplicaciones prácticas de la inteligencia emocional en el ámbito académico

El desarrollo de la educación emocional conducirá a crear nuevas vías, fundamentadas y equitativas, para la intervención en necesidades específicas de aprendizaje y en el desarrollo del potencial humano e intelectual. Por tanto, conlleva la implantación de una educación y metodología integral, una adecuación de los contenidos de diferentes asignaturas y dotar a los docentes de formación adecuada que les facilite la identificación y la comprensión de las emociones de los alumnos (Peralta Lara & Guamán Gómez, 2020).

Existen ciertos límites para la práctica educativa de la inteligencia emocional, este particular puede darse dentro del ámbito académico, es común encontrarse con prácticas docentes donde la imposición del conocimiento es el principal medio para alcanzar los objetivos pretendidos. La tendencia a infravalorar e ignorar las emociones y las dimensiones simbólicas y afectivas del conocimiento han originado modelos desmotivadores y valorativamente inadecuados para el mundo actual, caracterizados por la competencia, el beneficio propio y el abuso de poder.

La escuela destaca por la presunta neutralidad al tiempo que ejerce un papel de adoctrinamiento que genera formas de ver la vida, concebir las relaciones y cuestionar poco el origen y significado de los saberes. La inteligencia emocional no se encuentra en el currículum académico, ni forma parte de los contenidos de los cursos de formación de profesores (Guanoluisa Rodríguez, 2021). Permitir la educación del desarrollo y potenciación de la inteligencia emocional en la escuela conllevaría la formación de individuos más autónomos con capacidad de toma de decisiones, interrelación con otras personas, enfrentamiento a la realidad, incremento de la actividad de pensamiento crítico, comportamiento moral, capacidad creativa y sentido de pertenencia.

2.7.1 Técnicas de autocontrol emocional

Otra serie de técnicas, como la desensibilización sistemática y las de inoculación del estrés y manejo del estrés, se han revelado en los últimos años muy adecuadas para dominar el contenido fisiológico de la respuesta emocional. Se encontró que la simple identificación de la situación generadora de tal respuesta era suficiente para, a continuación, afrontarla con las técnicas de relajación (Montgomery Urday, 2014). En efecto, a medida

que la persona se mentaliza, dosifica y entrena para emplear tales técnicas en la vida cotidiana, logra inhibir el hallazgo de la respuesta fisiológica inicial.

Se propone una técnica de inoculación a través de la cual el sujeto es preparado de antemano para la solución de determinadas situaciones estresantes, permitiéndole después el análisis de estas. Si resulta eficaz el tratamiento cognitivo, generalmente la respuesta emocional asociada disminuye. Con el término de razonar en vez de sentir se alude al origen de una serie de errores cognitivos que están fuertemente influenciados por el significado o sentido que la persona interpreta en sus ideas o imágenes automáticas referidas a la propia persona y/o a su entorno ambiental, caracterizándose, por tanto, por su falta o escaso contenido lógico, y siendo entonces asumidas de forma incompetente y con percepción determinista.

2.7.2 Desarrollo de la empatía y habilidades sociales

Aprender a educar las emociones no va en detrimento del aprendizaje de los contenidos ni se puede postergar. Todos los niños pueden aprender a ser inteligentes emocionalmente porque el conocimiento sobre las emociones, como sucede con otra forma de inteligencia más tradicional, implica el desarrollo de un conjunto de habilidades que se pueden enseñar (Contini & Betina, 2011). Sin un buen conocimiento de las emociones, será difícil tener una buena salud en el aspecto académico y emocional. Si se ignora el modo en que influyen sobre el rendimiento, irán a su antojo y serán un dolor de cabeza en las tareas de enseñanza.

Los niños poseen, en distintas etapas de la infancia, distintos niveles de capacidad para comprender el estado emocional de otra persona. A partir de los dos años aproximadamente, los niños son capaces de experimentar una gran diversidad de emociones, mismas que reconocen y expresan,

aunque no siempre pueden explicarlas (Flores et al., 2016). Aproximadamente a los tres años comienzan a surgir habilidades muy incipientes en la comprensión de los estados emocionales de otra persona. A los cinco años, estas competencias sociales ya están en pleno desarrollo y se desarrolla la formación del autoconcepto. A partir de que se ha consolidado una imagen positiva de sí mismo, los niños pueden comparar sus sentimientos con los de los demás y tener en cuenta las consecuencias que sus sentimientos tienen en los otros. A los ocho, ya se manejan frases mentales para transmitir sus emociones, planes o estrategias, y en la adolescencia el lenguaje emocional y cognitivo se expande y el grado de empatía es amplio y preciso.

2.7.3 Gestión del tiempo y la motivación

La gestión del tiempo del alumnado se centra en los estudiantes de Bachillerato ante la proximidad de las Pruebas de Acceso a la Universidad, aplicándose la técnica de las matrices, que es una planificación de tareas que organiza el estudio de un total de X temas en una parte determinada de días (Chaverri Chaves & León González, 2022). Las dimensiones básicas de la motivación están asociadas a la dirección y la intensidad. Como antecedente del rendimiento esencial es el nivel del deseo. La dirección es importante en cuanto a cómo responde una persona a situaciones concretas o con qué intensidad o duración se mantiene tal respuesta. La necesidad de logro es la base de la motivación en el aprendizaje y el deseo de superar pruebas se manifiesta en el impulso extra que aporta la necesidad de mejorar o progresar.

Las habilidades emocionales generan emociones para activar conscientemente el conocimiento y el esfuerzo y para perseverar en su

búsqueda durante el tiempo que sea necesario para alcanzar sus objetivos. El sentimiento de autonomía, propio de la meta de aprendizaje y del enfoque intrínseco, se relaciona con la toma de decisiones y la selección de actividades accesibles pero informativas. El deseo intrínseco de obtener conocimientos se asocia con la dirección y la intensidad constante y a largo plazo basado en metas de dominio. La capacidad de encontrar objetivos atractivos se asocia a la sensación de satisfacción que se espera alcanzar con su logro en la dirección y con la intensidad gracias al grado de complacencia sentido.

2.8 Desafíos y limitaciones en la implementación de la inteligencia emocional en el ámbito académico

El hacer uso de la inteligencia emocional como herramienta en la vida académica de los estudiantes conlleva afrontar una serie de desafíos y limitaciones en el ámbito académico. Profundizar en las capacidades emocionales identificadas como fundamentales para el posicionamiento positivo del sujeto en la educación introduce un proyecto de intervención desde un enfoque situado (Núñez Naranjo, 2021; Revelo et al., 2017). (Sánchez-Gómez et al., 2020). La indagación cualitativa, además, tiene como fin visibilizar las emociones que movilizan al profesorado situado, no para medirlas a nivel individual, sino para que sean visibilizadas en el colectivo y sean compartidas con los estudiantes. Este es el punto último en el que se quiere hincar: en el reconocimiento del lugar del propio sujeto como referencia para los demás. Es a través del reconocimiento que se brinda y del reconocimiento que aspira a brindar que se despliegue la ética profesional.

Aquí aparece una de las limitaciones posibles del uso de la inteligencia emocional planteado de forma teórica: que no aborda de forma crítica el reconocimiento, ya que puede dar por supuesto que un proceder basado en

la cooperación, en el diálogo reflexivo, es suficiente para que se produzcan prácticas democráticas justas. Es necesario no dar por supuesto las creencias hegemónicas sobre la identificación del buen desempeño de la labor docente, lo que requiere un reconocimiento claro de los valores sociales que certifican y legitiman a los sujetos. La identificación de estos valores pasa por identificar las emociones que les dan lugar, aquí y ahora.

2.8.1 Falta de recursos y formación específica

A pesar de los notables avances teóricos y prácticos de la inteligencia emocional, no todo estudiante, educador o miembro de la familia posee los conocimientos y habilidades necesarias para implementar la inteligencia emocional. Por lo demás, en el ámbito de la formación, la inteligencia emocional ni siquiera suele estar contemplada. Los universitarios carecen tanto de formación psicológica como de técnicas de autorregulación emocional que los capaciten para un autoaprendizaje efectivo, para un afrontamiento constructivo a los exámenes o para una gestión óptima de su tiempo. Respecto al profesorado universitario, el desconocimiento sobre la inteligencia emocional y las técnicas de mejora de la competencia emocional hacen que no se tenga en cuenta para su planificación docente.

De igual manera, las familias no obtienen información sobre cómo ayudar a sus hijos a preparar sus exámenes, cómo mejorar con ellos su motivación, cómo enseñarles a gestionar el estrés y la ansiedad, etc., ya que la inteligencia emocional tampoco es incluida como contenido educativo en los programas de escuela de padres. Además, las técnicas para la mejora emocional suelen ser de corte conductista, por ejemplo, incrementar la exposición al estímulo que provoca la ansiedad, sin tener en cuenta la problemática emocional del alumno (Muñoz, 2022). Asimismo, muchos de

los instrumentos para evaluar la competencia emocional se encuentran en una lengua diferente al castellano y necesitan, por tanto, una traducción y adaptación en la población española. Por lo tanto, la escasez de materiales propios en lengua española es otro de los rezagos a resolver desde la comunidad científica.

2.8.2 Resistencia al cambio en instituciones educativas

La resistencia al cambio en instituciones educativas y en los centros de educación primera deben propiciar una combinación de apoyo y orientación, una confianza adecuada y una comunicación eficaz de manera que el alumnado afronte el fracaso con entusiasmo por la siguiente oportunidad de aprendizaje, asumiendo que el actuar por sí mismo aporta resultados satisfactorios, aunque conlleve riesgo (Medina et al., 2013). Dichas condiciones son difíciles de generar en estructuras organizativas de resistencia al cambio, en las que se constata graves problemas para afrontar las dificultades que presentan los alumnos, y en ocasiones los maestros, al desarrollar las conductas emocionalmente inteligentes.

Se imparte un currículum exclusivamente racional y una evaluación, en muchas ocasiones, tradicional que no hace uso de ninguna estrategia, método o instrumento práctico o psicométrico para la medición del constructo. En otras palabras, se pretende un control de la inteligencia emocional con técnicas y procedimientos racionales y tradicionales (Montgomery Urday, 2014). Este tipo de resistencia argumenta la necesidad de controlar y medir todo lo que se hace en un centro educativo, llevando a la actividad docente a prácticas basadas únicamente en la formación cognitiva, totalmente desinteresadas del desarrollo de habilidades y

destrezas de carácter personal y afectivo, precisamente las indicadas como condiciones necesarias para mejorar el aprendizaje.

El control del aula no es un buen sistema para conseguir un ambiente escolar basado en la cooperación. De hecho, los estudiantes cuyos niveles de IEPI son menos adaptativos se comportan peor y sus actitudes hacia la escuela son más negativas. Las estrategias de control desarrolladas por los profesores tampoco son eficaces para mejorar los rendimientos académicos, incluso si se acompaña de estrategias de fomento, como hacer esfuerzos para aumentar la motivación y ayudarles a desarrollar un sentido de control (Cabezas, 2017). En el otro extremo, el desarrollo de conductas de fomento, tales como animar a los estudiantes a que expresen y vivan sus emociones, les lleva nada más que a incrementar su sentido de autoeficacia emocional, lo que aumenta indirectamente su motivación.

El concepto de inteligencia emocional deja clara el planteamiento de cómo debería ser la educación y, por consiguiente, la educación emocional, como herramientas cruciales y complementarias para el desarrollo del ser humano. La inteligencia emocional no es sinónimo de éxito; no es posible afirmar que las personas con altas puntuaciones en la escala de inteligencia emocional serán más exitosas y, por lo tanto, se debería formar y educar desde edades tempranas, adquiriendo competencias y habilidades emocionales y, de esta forma, lograr fomentar su rendimiento académico, lo que predispone al triunfo y así conseguir una vida plena y sana. La importancia de los elementos emocionales en la educación del niño y cómo este hecho afecta a su futuro académico es lo que ha llevado a investigar sobre este tema desde una perspectiva multifocal.

Cuando se habla de emociones, se trata un fenómeno multifacético que no es completamente medible; debido a esta complejidad, determina en gran

medida nuestra motivación, actúa como una herramienta para el aprendizaje y la comprensión, y está estrechamente relacionado con las relaciones interpersonales, que influyen en cada uno de los aspectos del entorno escolar. Las conclusiones a las que se ha llegado después de llamar la atención sobre el manifiesto de la estrecha relación entre emociones, motivación y aprendizaje es que el papel de las emociones en el aprendizaje es esencial y, por lo tanto, de especial relevancia en el programa, en el que la educación es el medio para adquirir las competencias necesarias, reestructurar la mente y producir un cambio de estado de ánimo y de inteligencia emocional.

CAPÍTULO III
EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES EN LA ESCUELA Y SU IMPACTO EN EL BIENESTAR ESTUDIANTIL

3.1 La educación un proceso integral

La educación corresponde a un proceso social y cultural complejo, el cual tiene como objetivo la formación de personas (León, 2007). De igual forma corresponde a un proceso integral y continuo, que está presente a lo largo de la vida de las personas, pues jamás se deja de aprender o descubrir información o habilidades que facilitan la consecución de objetivos o la elaboración de alguna actividad. Dentro del contexto educativo formal (escuelas, colegios, universidad) la educación y toda su estructura (infraestructura, enfoques, metodologías, estrategias, entre otras) deben estar diseñadas para permitir que los estudiantes adquieran y dominen conocimientos, habilidades y competencias que les faculte desenvolverse en la sociedad.

Si bien, al escuchar la palabra educación en primer momento solo alude a la mente la formación académica de los estudiantes, y se suele dejar de lado el aspecto emocional y social, el cual corresponde a una parte importante de los procesos de enseñanza y aprendizaje, debido a que las actitudes socioemocionales tienen gran injerencia en el nivel de implicación y compromiso del estudiante para su proceso de aprendizaje, formación académica y de la personalidad; así como de las habilidades sociales, que permiten relacionarse con sus semejantes.

Varias investigaciones efectuadas en el campo educativo ha permitido vislumbrar la relación que guardan con las competencias socioemocionales favoreciendo la comprensión de este fenómeno en la vida estudiantil, Durlak et al. (2011) y su equipo de investigadores resaltan el alto valor que tiene la educación socioemocional a temprana edad; de acuerdo con los autores permite corregir comportamientos disruptivos en todo nivel, en su investigación indaga como algunos enfoques y herramientas favorecen a la creación de entornos educativos inclusivos y respetuosos. Asimismo, tiene inferencia en el desempeño académico, ya que favorece al desarrollo de la autorregulación, indispensable para la formación académica y personal.

La OECD (2015) establece que la orientación educativa centrada en las competencias socioeconómicas tiene una repercusión en la vida de las personas en todas sus instancias, ya que las habilidades emocionales y sociales no desaparecen con el tiempo, sino que se amplían y ejercen en nuevos contextos como son el familiar, laboral, social y personal; por ende, es imperativo que la educación abra espacios para la preparación y orientación de este tipo.

Por ende, la educación debe centrarse no solo en la parte cognitiva sino en el aspecto socioemocional, ya que interactúan entre sí, y permiten estimular el desarrollo de competencias y habilidades que contribuyen en la formación académica y social de los estudiantes, facilitando la interacción e interés por los contenidos y su entorno lo que contribuye a una formación integral; respondiendo al objetivo de la educación de formar personas.

Es evidente que una educación centrada en las competencias socioeducativas favorece al desarrollo cognitivo y personal de los estudiantes; en la presente investigación se busca comprender e identificar las principales competencias socioemocionales que surgen en el entorno

educativo; como estas favorecen al desarrollo de las personas; así como el rol que desempeña en el desarrollo integral del alumno. De igual forma se indagará en algunas estrategias que facilitan la promoción y educación socioemocional, como es el modelo SEL. Adicional a esto y enfocado en los procesos de enseñanza y aprendizaje, se hará una revisión de las metodologías, estrategias y actividades que contribuyen a la orientación y formación socioemocional en el entorno educativo, destacando las que mayor beneficio presenten.

Mediante la indagación, revisión y lectura de documentos y bibliografía; en aplicación de procesos de análisis, hermenéuticos, deductivos, entre otros relacionados con la investigación de carácter teórico, tal como lo expresa Hernández-Sampieri et al. (2010), se busca comprender las principales teorías, ideas y resultados de investigaciones precedentes respecto a las competencias socioemocionales en el entorno educativo, proporcionando una mejor visión y perspectiva del objeto de estudio, lo cual nos acercara a un mayor entendimiento del fenómeno educativo y su importancia en la vida y desarrollo de las personas tanto a nivel cognitivo, social y emocional.

3.2 Competencias socioemocionales

Las competencias socioemocionales han ganado interés en el ámbito investigativo debido a que múltiples estudios remarcan de manera clara los beneficios y contribuciones que ofrecen al desarrollo personal y profesional; así como en la educación. De acuerdo con Mejía et al. (2016) estas competencias no solo se limitan a atender aspectos cognitivos o mentales, sino que se inmiscuyen en el área afectiva y emocional, mismas que aportan

un mayor control y dominio de las emociones; permitiendo que los sujetos se conozcan de mejor manera y pueden regularse a sí mismos.

El control y regulación de las emociones permiten a las personas desarrollar habilidades de autoconocimiento, autorregulación y relacionales lo cual denota en una mejor forma de vida y capacidad para desenvolverse en su entorno; de acuerdo con la OMS (2022) estas habilidades están relacionadas con la salud mental, por ende, la guía y orientación para la adquisición y el desarrollo de estas habilidades es de alto valor, ya que están relacionadas con la capacidad de tomar buenas decisiones, afrontar desafíos y resolver problemáticas tanto a nivel personal como profesional.

Por ende, es preciso entender que las competencias socioemocionales abarcan un espectro cognitivo amplio, para Durlak et al. (2011) facilita la relación, comprensión y desenvolvimiento de las personas en un entorno social, debido a que las habilidades sociales y emocionales dotan a las personas de una serie de actitudes, valores y destrezas que contribuyen en la construcción de la personalidad, misma que se ve reflejada en actividades grupales y el desenvolvimiento en el entorno.

Bisquerra y Pérez (2007) recopila todas las ideas antes mencionadas y las sintetiza en una definición, de acuerdo con los autores, las competencias socioemocionales refieren al: "Conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales." Dentro de las ideas de Bisquerra se identifican dos aspectos o tipos de habilidades, las sociales y emocionales, si bien están interrelacionadas, poseen enfoques distintos:

- *Habilidad social:* es el conjunto de conductas propias del actuar humano dentro de un grupo, facilitan la interacción mediante una adecuada comunicación, escucha y empatía. La habilidad social no es una, en general

variará de acuerdo con contexto social y cultural, así como su desarrollo y dominio se relacionan con la edad de las personas (Caballo, 2021).

- *Habilidad emocional:* Según Saarni (1999) es el conjunto de capacidades y habilidades que una persona posee para adecuar o adaptar su conducta de acuerdo con su entorno; esto se basa en el control de emociones y la confianza que tiene en sí mismo para elaborar y ejecutar actividades. De igual forma se plantea que está relacionada con la inteligencia emocional, la cual alude a la percepción, reconocimiento, evaluación y expresión de las emociones en distintos contextos, esto facilita el desarrollo emocional e intelectual de las personas (Mayer, 1997).

El aprendizaje de habilidades emocionales está estrechamente relacionado con la salud y bienestar de los individuos, debido a que facilita la regulación y conocimiento de uno mismo y de su sentir respecto a situaciones, eventos, procesos o actividades que pueden surgir en el diario vivir.

Las competencias socioemocionales son esenciales en la vida de las personas y su desarrollo como seres humanos; estas traen grandes beneficios no solo a nivel interpersonal, sino que se amplía al espectro social. En este sentido, García-Cabrero (2018) planea que al tratarse de habilidades, estas pueden ser aprendidas y perfeccionadas con el tiempo, lo que significa que su enseñanza es posible; por ende es imperativo que las instituciones educativas no solo centren la formación de personas en aspectos cognitivos, enfocados en la información, contenidos y habilidades académicas necesarias para comprender aspectos del conocimiento; sino que es preciso proporcionar un espacio dentro del currículo en donde se oriente y atienda las necesidades sociales y emocionales del alumnado, esto garantizaría una educación de calidad.

3.3 Las competencias socioemocionales en el rol educativo

La formación y la orientación de personas es una de las cualidades que tiene la educación, por ende, para garantizar una educación de calidad e integral es necesario instruir a los estudiantes respecto a las habilidades socioemocionales, para Mejía et al. (2016) el incluir estas competencias en la educación favorece a crear estudiantes comprometidos con su desarrollo personal y profesional debido a que las emociones están estrechamente relacionadas con el nivel de implicación que los estudiantes demuestran en su desarrollo académico e interpersonal. Así como tiene correlación con la mejora en la convivencia, el entorno educativo y las relaciones que en este lugar se desenvuelvan o surjan.

Algunas actitudes como son la curiosidad, sociabilidad, la motivación, liderazgo, perseverancia, entre otras, demostradas durante los procesos educativos – enseñanza y aprendizaje – son el resultado una adecuada orientación socioemocional, West (2016) establece que las emociones están estrechamente relacionadas con el comportamiento y el pensamiento de los educandos; aspectos que ayudan a regular la conducta.

En este sentido, y al hablar de procesos educativos es indispensable mencionar que las competencias socioemocionales se desarrollan en un contexto educativo socioemocional, en el cual las habilidades y competencias son un componente clave para la formación de personas. Bajo este enfoque educativo los estudiantes serán capaces de aprender destrezas que facilite conectar y comprender emociones y como estas pueden ser usadas durante el desarrollo de actividades, en donde es necesario la colaboración y empatía con sus semejantes.

Las competencias socioemocionales, están presentes en todo momento de la vida de los seres humanos, debido a que las personas nacen con una inclinación a la sociabilidad, por ende, es imperante que los seres humanos formen conexiones o relaciones sociales; en un contexto educativo, serían los estudiantes que, al estar en contacto con otros alumnos y el cuerpo docente, formaran una relación con estos, de igual forma funciona con el proceso de enseñanza y aprendizaje, en donde los estudiantes desarrollan un sentimiento de motivación e interés por las actividades, contenidos e información a desarrollar.

Los procesos educativos están constituidos por un aspecto social y cognitivo, por ende, es fundamental la interacción de habilidades socioemocionales, la convergencia de estas habilidades, de acuerdo con Immordino-Yang y Damasio (2007) facilitan el desarrollo de habilidades cognitivas; como son: atención, percepción, resolución de problemas, la codificación de información toma de decisiones y, sobre todo, gestión de las interacciones sociales que surgen de la educación.

Por ende, los sistemas educativos deben diseñar y estructurar sus procesos formativos pensando en proporcionar experiencias de varias índoles, que favorezcan al fortalecimiento y desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales; esto permitiría mejorar los índices de rendimiento y desempeño académico, así como, optimizar y producir un ambiente de bienestar tanto a nivel personal, social y educativo; aspectos que contribuyen a la salud mental de las personas.

Jacques (1996), plantea que la educación al ser un proceso continuo es necesario establecer mejoras y ajustes que faciliten a los estudiantes adquirir conocimientos, habilidades y aptitudes. En este sentido el fortalecimiento de habilidades intrapersonales, sociales, la construcción de conocimientos sea

de forma individual y grupal trae enormes beneficios al desarrollo y formación humana. En base a esto, plantea 4 pilares en los cuales la educación debe apoyarse:

- *Aprender a conocer*: refiere a la construcción del conocimiento, el cual no debe enfocarse únicamente en la trasmisión de información, sino en atender a los intereses y metas del alumnado. Se adopta el concepto de aprender a aprender, el cual pretende desarrollar competencias en las personas que sean capaces de ser implementadas en múltiples contextos y en diferentes puntos de la vida de los sujetos.

Se relaciona con la autoconciencia del sujeto, debido, a que al atender los intereses de los estudiantes es importante que en primer lugar estos reconozcan y comprendan sus habilidades, competencias, el nivel de manejo y dominio de contenidos y sus emociones respeto a los procesos educativos.

- *Aprender a hacer*: corresponde al desarrollo de las habilidades prácticas¸ las cuales deben permitir a los estudiantes solucionar problemáticas a nivel académico, personal y a futuro profesional. Estas competencias deben también poder ser implementadas en aquellas situaciones en las que las personas deban trabajar en equipo, por ende, las habilidades sociales son indispensables para un correcto desenvolvimiento.

El aprender a hacer se vincula con la autogestión y la toma de decisiones, competencias socioemocionales indispensables para un adecuado desarrollo. Mediante la autogestión, las personas son capaces de regular sus emociones y comportamientos durante el desarrollo de actividades individuales o grupales. De igual forma en estas circunstancias y con la finalidad de solucionar problemas, los estudiantes deben ser capaces de evaluar la situación y elegir entre sus opciones la que mejor contribuya a

la labor que tiene presente, esto respecto a la capacidad de tomar decisiones acertadas.

- *Aprender a vivir juntos*: Se enfoca en desarrollar habilidades sociales que beneficien a crear un entorno educativo óptimo, en donde las actividades y los procesos de enseñanza y aprendizaje se efectúen de manera adecuada. Es primordial que los estudiantes y docentes contribuyan a la creación de una cultura de paz, en donde la comprensión y respeto por la diversidad y el entorno beneficien a mantener un espacio propicio para el aprendizaje.

El aprender a vivir juntos propone la enseñanza de habilidades y competencias socioemocionales, mediante las cuales los estudiantes puedan entender, respetar y apoyar a sus compañeros en la consecución de objetivo individuales y colectivos; la construcción del conocimiento y el fortalecimiento de un entorno donde prime la empatía.

- *Aprender a ser*: plantea un aprendizaje centrado en los estudiantes y su desarrollo personal, por ende, implica que el alumnado sea capaz de desarrollar su personalidad, así como en el determinar un propósito tanto en su proceso de aprendizaje como para su vida. Mediante este tipo de aprendizaje los estudiantes serán capaces de tomar decisiones informadas y responsables respecto a sí mismos, dichas elecciones deberán poseer un equilibrio entre los conocimientos y habilidades que los estudiantes poseen y dominan, de igual forma al momento de ejecutar alguna acción esta no debe afectar a un tercero o perjudicar la convivencia del entorno en el cual se desenvuelven, en este caso la escuela, colegio o universidad.

El aprender a ser corresponde a un aprendizaje enfocado en el desarrollo personal de los estudiantes, en donde la autorregulación emocional – parte de las competencias socioemocionales – se ve reflejas en la capacidad para tomar decisiones informadas y basadas en un juicio crítico y

objetivo, de igual forma, los estudiantes adquieren responsabilidad sobre el resultado de sus actos, sean estos positivos o negativos, así como tener la suficiente entereza para aprender de sus errores y equivocaciones.

La educación y sus pilares no priorizan solo la instrucción de conocimientos y habilidades académicas, sino que trasciende al ámbito socioemocional y vincula sus aspectos y atributos lo cual permite a los estudiantes ser partícipes de una educación integral, en donde la parte cognitiva, emocional y social sean consideradas, atendidas y desarrolladas.

De esta forma el alumno puede aprender a identificar y regular sus emociones y comportamientos; como aplicar sus aprendizajes y la forma de colaborar con sus semejantes, todo esto en conjunto facilita la elaboración de actividades, resolución de problemas y una adecuada formación educativa.

En este sentido, se puede afirmar que la educación de competencias socioemocionales corresponde a un proceso formativo integral y holístico, en donde, las habilidades cognitivas y socioemocionales van a la par; garantizan que los estudiantes pueden autorregularse de acuerdo con el reconocimiento de sus habilidades y emociones. Para Álvarez-Bolaños (2020) y Goleman y Davidson (2018) estas competencias facultan a las personas a afrontar nuevos retos y desafíos de carácter personal y colectivo, en donde es necesario poseer conocimientos de uno mismo, valores como la empatía, respeto, la escucha activa, entre otros; favorecen la colaboración y cooperación entre los miembros de la comunidad educativa.

3.4 Educación Socioemocional

Como se aprecia, se ha mencionado algunas competencias socioemocionales y como estas influyen en las personas; tal es el caso de la autoconciencia, autogestión, autorregulación, entre otros; que beneficien en gran medida al

desarrollo académico y personal de los estudiantes. En este sentido es precioso mencionar alguno enfoques, modelos o perspectivas diseñadas para potenciar y garantizar el aprendizaje de competencias socioemocionales dentro de la educación.

3.4.1 Modelo Bar-On

Una de las formas en las que se puede estudiar y comprender la importancia de las competencias socioemocionales es el modelo Bar-On, si bien este tiene mayor relación con el bienestar y el éxito en la vida personal y profesional, no es menos cierto que contribuye a la comprensión de estas competencias en el ámbito educativo, debido a que aporta conceptos de la inteligencia emocional, así como desarrolla las áreas que la compone.

De acuerdo con Bar-On (2006) la inteligencia socioemocional refiere al conjunto de competencias y habilidades que orientan y guían a las personas en el desarrollo de actividades; esto a través de la comprensión y regulación de emociones, actitudes y comportamientos que facilita la resolución de problemas, conflictos; así como a entablar relaciones sociales estables y basadas en el respeto y la comprensión.

En este sentido, Bar-On y Parker (2000) argumentan que las competencias socioemocionales, comprenden aquellas habilidades que poseen las personas y les permite reconocer, entender y manejar las emociones en distintos entornos, esto a su vez contribuye con la adaptación y el desarrollo de relaciones sociales sanas; así como a la construcción de entornos satisfactorios, debido a que incrementa la motivación, colaboración y cooperación de los integrantes en la consecución de objetivos, y en el presente caso en la construcción del aprendizaje.

Bar-On (2006), establece cinco áreas o habilidades que contribuyen al desarrollo de las competencias socioemocionales:

- *Área Intrapersonal*: refiere a reconocer y conocer las emociones, motivaciones y actitudes de un mismo, lo cual contribuye al desarrollo de la personalidad y el fortalecimiento de la autoestima. Algunas de las habilidades que la conforman son: el autoconocimiento, autoconciencia, autopercepción.

- *Área Interpersonal*: permite a las personas reconocer, comprender y aceptar la diversidad de perspectivas, emociones y actitudes que surgen de cada uno de los integrantes de la comunidad educativa; a esto también se lo denomina conciencia social. Algunas habilidades de la competencia interpersonal son: empatía, responsabilidad social, comunicación y escucha activa.

- *Manejo del estrés*: refiere a factores emocionales y actitudinales que presenta y demuestra una persona (estudiante) para lidiar con problemas, actividades y retos a los que son direccionados dentro del proceso de aprendizaje. Esta competencia permite a las personas controlar sus emociones y actitudes para desempeñar una labor o actividades. Entre las habilidades que la componen se encuentran: la tolerancia, dominio de impulsos, control del estrés.

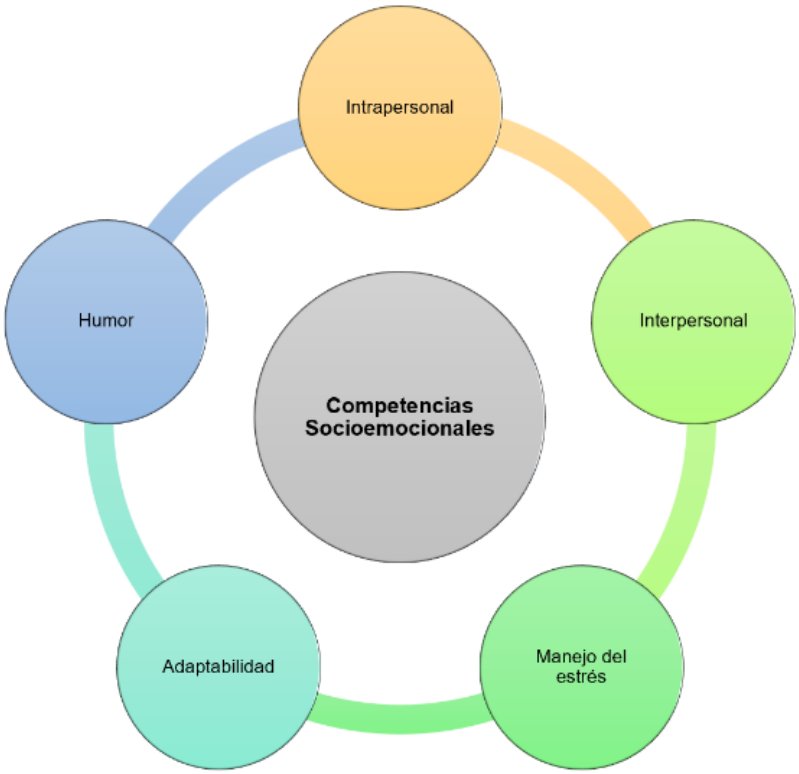
- *Adaptabilidad:* contribuye a la adaptación ante cambios o situaciones emergentes en el entorno; así como a la capacidad de reflexión y selección de opciones con la finalidad de dar una solución a un problema. Entre las habilidades a destacar están: Capacidad de solucionar problemas, flexibilidad, evaluación o chequeo de la realidad.

- *Humor:* esta dimensión se refiere a la capacidad de mantener una actitud positiva frente a situaciones, emociones y problemas emergentes; es decir que mediante esta competencia las personas desarrollan la resiliencia, actitud ligada con la capacidad de aceptar los problemas y aprender de ellos. Dentro

de las habilidades que componen la dimensión humor se encuentran: el optimismo, resiliencia y la automotivación.

Figura 1

Competencias Socioemocionales: dimensiones socioemocionales basadas en el modelo de Reuven Bar-on



3.4.2 Modelo CASEL – SEL

Uno de los modelos o formas con mayor injerencia en el ámbito educativo y formativo socioemocional corresponde al Modelo CASEL, el cual está diseñado y organizado bajo cinco áreas que se encuentran interrelacionadas. Este modelo parte reconociendo la complicada dimensión socioemocional de las personas, por ende, su comprensión y estudio es indispensable para una adecuada formación humana.

Este modelo, mediante la integración y desarrollo cognitivo, social y emocional pretende eliminar aspectos disruptivos en los estudiantes, desarrollar habilidades de colaboración e integración social, diseño y

creación de un entorno óptimo para el aprendizaje y sobre todo mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. Todos estos factores se desarrollan en tres espacios o niveles, los cuales promueven el desarrollo y aprendizaje de competencias socioemocionales, así como su aplicación en los diferentes contextos.

3.4.2.1 Espacios de interacción socioemocional

a. Aula

Cuaical y Cuesta (2018), considera que el entorno virtual es un aula o salón de clases, en donde se desarrollan los procesos de enseñanza y aprendizaje mediante la aplicación de metodologías, estrategias y recursos educativos, con la finalidad de direccionar una formación académica a los estudiantes.

De igual forma, Vílchez-Garrido et al. (2012) destaca que el salón de clases es el lugar en donde se producen la interacción social y educativa entre el docente y los estudiantes; y los estudiantes con sus pares. Esta relación debe ser guiada y orientada en la construcción tanto de aprendizajes como de un ambiente social adecuado para el desarrollo educativo.

En este sentido, se reconoce al aula como aquel espacio físico o virtual el cual debe estar diseñado para facilitar los procesos de enseñanza y aprendizaje, la sociabilidad, así como permitir el desarrollo de competencias socioemocionales, que contribuyan y garanticen una educación de calidad; en donde la comunicación y la empatía direccionen el progreso del aprendizaje, tanto de conocimientos y habilidades socioemocionales.

b. Escuela

Para Rodríguez-Gómez (2008) la escuela o las instituciones educativas se configurarán como espacios sociales en los cuales se efectúan procesos de

interacción social entre los miembros de la comunidad educativa, por ende, es preciso que la educación permita y garantice a los estudiantes el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, que facilita la interacción basada en el respeto a la diversidad.

De acuerdo con Echavarría-Grajales (2003) dentro de la escuela "se producen intercambios humanos intencionados al aprendizaje de nuevos conocimientos, al desarrollo de competencias cognitivas, socioafectivas, comunicativas" entre otros relacionados con la educación y formación integral de personas.

En este sentido, estos aprendizajes favorecen a la construcción de la identidad y personalidad de los estudiantes, los cual a su vez contribuyen a la adhesión y desarrollo de las personas en la comunidad; el autor reconoce que el desarrollo de la personalidad está ligado con las emociones, sentimientos, identidad y la forma de interactuar en el entorno, así como con la autopercepción y autoconocimiento; por ende, es imperante que la educación desarrolle las competencias socioemocionales.

c. Comunidad y familia

El entorno familiar y la comunidad son espacios en los que el aprendizaje, el desarrollo y la consolidación de competencias socioemocionales se extiende. La familia es el primer lugar donde las personas aprenden a regular su comportamiento adoptando reglas o principios; también influye en gran medida en la capacidad para procesar y regular las emociones.

Guevara-Benítez et al. (2020) plantea que tanto el entorno familiar como comunitario y la forma en como este se halle estructurado influyen en el desarrollo socioemocional de los niños, niñas y adolescentes. Esto se debe principalmente a que las condiciones de peligro, desatención o cualquier otro

aspecto negativo tiende a producir un daño físico y psicológico; de igual forma los ambientes de cuidado, atención e interés por las personas contribuyen a un buen desarrollo personal.

Esto queda confirmado en el estudio de Acevedo-Alemán y González-Tovar (2015) en el cual se evidencia que los niños que se desenvuelven en entornos violentos, en donde el respeto, empatía y el interés son limitados o no se encuentran en la medida necesaria; produce que los estudiantes tomen actitudes negativas respeto a su entorno, los miembros de la comunidad educativa y sobre su propio proceso de aprendizaje. Lo contrario ocurrió en entornos donde prima el respeto, interés y aceptación tal como lo demuestra Carbonero et al. (2015) done los estudiantes demostraron tener actitudes positivas respecto a la interacción con los miembros de la comunidad educativa y en general; así como poseer mayor responsabilidad con su rendimiento académico.

3.4.2.2 Competencias socioemocionales en el Modelo CASEL – SEL

a. Autoconciencia

La autoconciencia corresponde a un conocimiento de carácter subjetivo el cual recae sobre el reconocimiento de aspectos internos de cada sujeto, tales como las emociones, sensaciones, sentimientos, aspiraciones, entre otros; mismos que direccionan el actuar de las personas, en este caso en la forma en como los estudiantes se ven a sí mismos y como interactúan con su entorno (Alfaro, 2022).

De acuerdo con Showry y Manasa (2014) el conocimiento de uno mismo permite determinar el nivel de impacto de las experiencias, agilizar la comprensión y valoración de principios y creencias, así como identificar

aquellos aspectos que sirven de inspiración o motivación. De esta forma los estudiantes son capaces de representar de manera precisa y en base a la realidad sus necesidades y aspiraciones en el proceso de aprendizaje; en este punto se señala que el autoconocimiento identifica aquellas áreas en las cuales los estudiantes poseen dificultades o una limitada comprensión, esto los motiva e impulsa a asociarse con otros miembros del entorno, facilitando la interacción y la construcción del aprendizaje.

La autoconciencia o conciencia de sí mismo es una competencia que permite a los estudiantes reconocer y comprender sus emociones, pensamientos, principios y valores que constituyen su personalidad y direccionan su comportamiento tanto dentro como fuera de la institución educativa. De igual forma, permite identificar las fortalezas y limitaciones respecto a las habilidades y competencias académicas, lo cual facilita la implementación de mejoras. En este sentido, algunas de las virtudes que ofrece el desarrollo de la autoconciencia son: identificación de emociones, autoconcepto, identificación de fortalezas y limitaciones, y autoconfianza.

b. Autogestión

La autogestión está estrechamente relacionada con autoconciencia, ya que parte de una revisión de los pensamientos y emociones que configuran las bases del comportamiento y la personalidad de las personas. De acuerdo con Bandura (1991) la autorregulación es la capacidad autónoma que las personas desarrollan y facilita la dirección de las funciones cognitivas, afectivas y motivacionales.

Ganda y Boruchovitch (2018), define a la autorregulación como: "un proceso de autorreflexión y acción en que el estudiante estructura, monitorea y evalúa su propio aprendizaje […] se asocia con una mejor retención de

contenido, una mayor implicación con los estudios y un mejor rendimiento académico". En este sentido, como afirma Boekaerts (1996) la autogestión es apreciada en la interacción educativa, debido a que en este espacio los estudiantes desarrollan actividades y se relacionan con otros alumnos.

Mega et al. (2014) reconoce que la capacidad regulatoria permite que los estudiantes mejoren su desempeño, debido ya que, al poder controlar sus emociones, se les facilita mantener la motivación respecto a los procesos educativos. De ahí, se puede afirmar que la autorregulación como competencia socioemocional facilita la regulación de emociones y pensamientos los cuales están implicados directamente en el nivel de compromiso y motivación del aprendizaje; en esta competencia se puede encontrar las siguientes capacidades: control de impulsos, autodisciplina, establecimiento de metas y objetivos, y capacidad organizativa.

c. Habilidades para relacionarse o habilidades interpersonales

La capacidad para entablar y mantener relaciones con los miembros del entorno educativo es primordial, mediante la interacción, es posible establecer metas y objetivos durante la elaboración de actividades, en especial las grupales, mismas que permiten la construcción del aprendizaje, así como influye en la calidad del entorno educativo. En este sentido, Lozano-Fernández et al. (2022) afirma que las habilidades para relacionarse favorecen a la resolución de problemas, así como evitarlos; por ende, mejora el entorno.

Mozgalova et al. (2021) plantea que las habilidades blandas o interpersonales, son catalogadas como un conjunto de destrezas destinadas a mejorar la interacción humana en todos los contextos en los cuales se

desarrollen; de igual forma poseen relación con las destrezas de adaptación tanto a entornos como situaciones.

De acuerdo con Taylor (2016), estas destrezas son de alta importancia en la vida de las personas, pero son difíciles de enseñar, de igual forma, en los casos que las personas ya poseen un nivel de dominio es necesario crear entornos apropiados para su uso, ya que podrían perderse. En este sentido, la escuela, familia y la sociedad en general deben crear entornos en los cuales las relaciones humanas pueden generar de manera sana y contribuyan al desarrollo de las personas.

Rao (2014), plantea que gran parte del éxito educativo, social y profesional depende de las habilidades interpersonales, estas se encuentran estrechamente relacionadas con la inteligencia emocional, la actitud positiva, la predisposición y motivación para aprender, entre otros aspectos, que forman parte de la vida académica de los estudiantes. Entre las habilidades interpersonales a destacar se encuentran: comunicación, compromiso social, construcción de relaciones, trabajo en equipo y escucha activa.

d. Conciencia social

El concepto de conciencia social se atribuye a los factores que permiten a las personas reconocer a otros como parte importante del entorno y como seres independientes que poseen emociones, objetivos, metas y aspiraciones respecto a su proceso de aprendizaje, elaboración de actividades y cualquier otra acción que desarrollen en el cumplimiento de sus metas.

En este sentido, Goleman (2024) afirma que la conciencia social parte de la empatía demostrada durante la interacción con otros; mediante su aplicación las personas pueden comprender y reconocer las diversidades de

perspectivas, motivaciones, emociones y pensamientos emanados de los miembros de la comunidad; esto aporta al desarrollo armonioso del entorno. El autor plantea 3 tipos de empatía las cuales son: empatía cognitiva (comprensión de los pensamientos ajenos), empatía emocional (comprensión de las emociones y estados de ánimo de otros) y la preocupación empática (impulso de ayudar, colaborar y apoyar a otros ante la presencia de una dificultad, problema o conflicto emergente).

Por ende, la conciencia social facilita la comprensión y respeto tanto de ideas, pensamientos, posturas, creencias; al igual que las emociones, sentimientos y motivación que cada persona posee sobre sí mismo y su ambiente. A su vez, contribuyen al entendimiento y comprensión de las normas de comportamiento tanto a nivel social como educativo, por tanto, favorece la aplicación de valores y principios morales y éticos que direccionan y moldean el comportamiento. En este sentido, algunas habilidades de conciencia social son: empatía, aceptación y valoración de la diversidad, y respeto.

e. Toma responsable de decisiones

La última competencia socioemocional planteada por la CASEL es la toma de decisiones, esta deberá ser de carácter constructivo. Es decir, contribuir tanto al aprendizaje, las relaciones sociales y el entorno; por ende, es primordial reconocer y respetar los valores y principios en los cuales se basan la comunidad, la escuela y el aula. De igual manera, no deberá atentar contra la seguridad e integridad de las personas.

De acuerdo con Álvarez-Justel y Ruiz-Bueno (2021), la toma de decisiones dependerá en gran medida de tres dimensiones que interactúan de forma constante, estos son la dimensión emocional en donde es

fundamental el uso y dominio de habilidades regulatorias enfocadas en las emociones; la dimensión cognitiva, alude a la capacidad y dominios sobre la información, contenidos y habilidades relacionadas con el razonamiento, la criticidad y el reconocimiento de alternativas u opciones sobre una situación. Por último, la dimensión social en la cual se aprecia el nivel de compromiso e interés emanado del entorno; comunidad, familia, escuela y el aula.

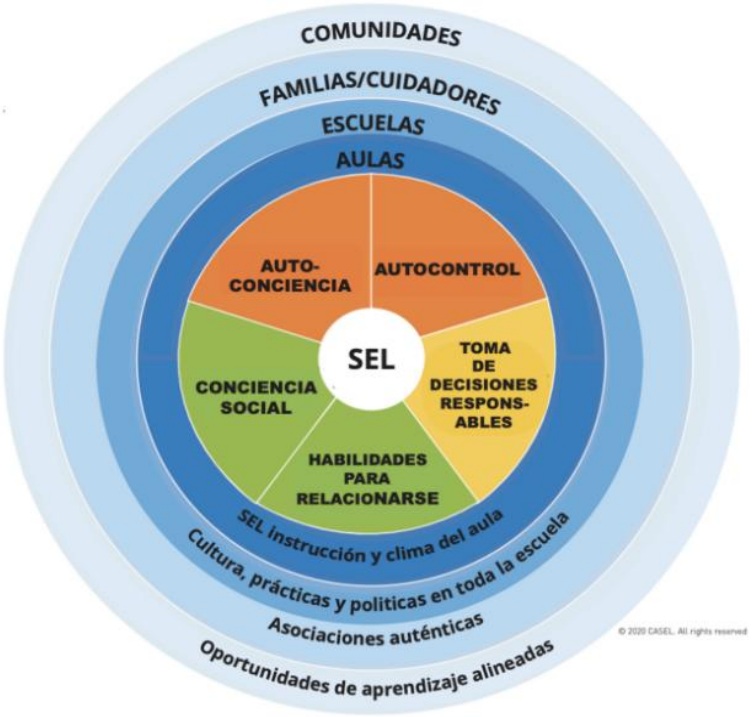
En este sentido y en base a la investigación de carácter exploratorio y transversal elaborado por Delgado-Villalobos et al. (2021) se evidencia que estas tres dimensiones juegan un papel importante en la educación superior, debido a que la decisión de continuar o no con los estudios radica en las competencias socioemocionales que posea el alumno, así como el apoyo e interés por su persona emanado del entorno, que incluye amigos, compañeros, familia, docentes, entre otros miembros de la comunidad educativa. En este sentido ratifica la necesidad de la educación centrada en el desarrollo de competencias socioemocionales, debido a los beneficios que brinda en la toma de decisiones educativas, personales y sociales. Entre las capacidades inmiscuidas dentro de esta competencia se encuentran: identificación de problemáticas, análisis y evaluación de situaciones, respeto y práctica de valores éticos y morales, reflexión respecto de opciones o alternativas e identificación del nivel de riesgo.

La educación como un proceso continuo debe contemplar aspectos tanto cognitivos, sociales y emocionales, debido a que se encuentran interrelacionados y se complementan mutuamente. En este sentido los procesos de enseñanza deben considerar el aprendizaje de competencias socioemocionales que permitan a los estudiantes adquirir habilidades de identificación, gestión y control de las emociones; aspectos que favorecen la

construcción de la personalidad, mejora en la autoestima y la autopercepción respecto a su desenvolvimiento académico.

Figura 2

Competencias Socioemocionales según Valdespino-Gaytan y Montenegro (2020)



Las competencias socioemocionales facilitan el desarrollo de las relaciones sociales, mediante habilidades como la empatía que comprende el poder de comprender y entender las emociones propias y ajenas, así como el deseo de apoyar y colaborar con otros en la resolución de problemas, afrontar retos; estos puntos contribuyen a la aceptación y aprecio de la diversidad emocional, de perspectivas e ideas que existen en un aula, escuela y comunidad.

El aprendizaje de competencias socioemocional tiene impacto directo en el rendimiento académico, los estudiantes al manejar habilidades sociales y emocionales son capaces de regular sus emociones y comportamientos tanto para sí mismos como respecto a sus compañeros; en ese sentido podrán

incrementar su concentración durante el desarrollo de actividades educativas, del mismo modo mediante la interacción con sus pares en el cumplimiento de trabajos educativos que requieran trabajar en equipo, existirá respeto y empatía en relación con la diversidad de pensamientos, capacidades y habilidades cognitivas.

Las competencias socioemocionales no solo contribuyen a la mejora educativa y el rendimiento académico del estudiantado, sino que prepara y forma personas con el objetivo de consolidar una sociedad basada en la comunicación, respeto y empatía, en donde sus integrantes sean capaces de colaborar en la consecución de objetivos comunes, así como en dar solución a problemáticas emergentes.

CAPÍTULO IV
PROMOCIÓN DE LA EMPATÍA Y LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN ENTORNOS EDUCATIVOS: CLAVE PARA UN DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL INTEGRAL

4.1 La empatía como fundamento para las relaciones interpersonales saludables

En un entorno globalizado, en donde múltiples perspectivas, culturas, pensamientos y creencias convergen tanto en espacios físicos como virtuales es necesario poseer habilidades socioemocionales que faciliten y agilicen la comunicación, el intercambio de información, el debate de posturas, y la resolución pacífica de conflictos, esto último con el fin de permitir a las personas comprender y respetar los diversos puntos de vista que cada ser humano posee.

En este sentido, la empatía surge como un valor y una habilidad socioemocional que contribuye al correcto desarrollo de la comunicación, la creación de relaciones interpersonales saludables y sobre todo facilita la comprensión de los pensamientos y emociones de los demás, permitiendo a las personas solucionar y resolver conflictos. De esta forma, la empatía actúa como puente que contribuye a conectar diferentes criterios y perspectivas, y en un entorno educativo, facilita la construcción de una educación basada en el respeto, la inclusión y la comprensión de los miembros de la comunidad educativa.

Siguiendo con el orden de estas ideas resulta imperante la promoción y direccionamiento áulico e institucional de la empatía, para ello los docentes

y demás actores educativos deben incorporar estrategias pedagógicas que contribuyan al aprendizaje de habilidades socioemocionales y su aplicación en diferentes contextos y situaciones; esto facilita no solo la comprensión de puntos de vista diferentes y contrarios a los que una persona posee respecto a una temática o forma de aplicar un concepto, idea o técnica; sino que favorece a la implementación de estrategias de resolución de conflictos así como generar un cambio de paradigma respecto a cómo se ve o aprecia un "conflicto" o "problema", es decir, que los desacuerdos no son sentidos como negativos sino como una oportunidad de aprendizaje.

4.1.1 Definición y características de la empatía

Partiendo del *Zoon Politikon* emanado por Aristóteles (frase que refiere a la naturaleza social del ser humano) se considera que los seres humanos necesariamente deben vivir en sociedad, esto permitiría no solo su subsistencia, sino que también está implicado al desarrollo personal y profesional, es decir que solo en sociedad las personas son capaces de sacar el máximo de sus capacidades, habilidades y potencial.

En este sentido, Hancco-Gomez et al. (2021) argumenta que al conjunto de habilidades sociales, comunicacionales y valores que se aplican en la convivencia e interacción entre semejantes se las denomina *relaciones interpersonales*, mediante las cuales las personas son capaces de socializar y colaborar en la consecución de objetivos grupales o individuales, así como en la solución de problemáticas que surgen en la convivencia.

Siguiendo el orden de estas ideas, las relaciones interpersonales refieren a la forma en como dos o más personas se relacionan entre sí y con los demás miembros de la sociedad, Díaz et al. (2014) la cataloga como un *aspecto básico* para la convivencia armónica y pacífica entre las personas; esta

no solo debe reflejarse con los miembros de un grupo o equipo, sino que debe ser demostrada en todo momento y con todos los integrantes de la sociedad, independientemente de las diferencias en el pensamiento, credo, socioeconómicas, educativas, entre otras etiquetas o distinciones sociales; ya que los principios o aspectos que componen las relaciones interpersonales pueden ser aplicados a todo contexto o situación.

Por ende, las relaciones interpersonales permiten una sociabilidad armónica y fluida, y mediante sus componentes los cuales son las habilidades comunicacionales, colaborativas, cooperativas, la inteligencia emocional y el respeto; es posible que las personas puedan identificar, procesar, expresar y compartir sus pensamientos, ideas y sentimientos con los demás miembros de la sociedad, así como de respetar los ajenos.

En este contexto, un componente que apoya y representa un punto importante dentro de lo que refiere a las relaciones interpersonales corresponde a la empatía¸ de acuerdo con Castillo-Arredondo y Cabrerizo-Diago (2009) esta habilidad permite a las personas ponerse en el lugar del otro, es decir intentar comprender su perspectiva o modo de pensar; es enfático al advertir que *ser empático* no significa justificar cualquier manera de actuar o comportarse, sino que radica en la comprensión del contexto de otros.

De igual forma, Goleman (2024) es más amplio y específico al manifestar que la empatía corresponde a una capacidad que permite a las personas comprender, entender, reconocer, valorar y respetar las emociones, sentimientos, perspectivas, enfoques o formas de pensar y expresarse que emanan de sus semejantes.

Para el autor la empatía es importante, ya que facilita la comunicación, la escucha, la colaboración y la resolución de conflictos; lo que permite crear

entornos sociales sanos e idóneos para que se efectúen procesos de interacción social.

En este sentido, Ramírez-Agurto y Tesén-Arroyo (2022) destaca la necesidad de orientar al alumnado en el desarrollo de competencias interpersonales, y con énfasis en la empatía, debido a los beneficios que esta habilidad ofrece al desarrollo personal, emocional y social.

4.1.2 Rol de la empatía en la creación de un ambiente escolar positivo

El desarrollo de la empatía en los actores educativos es necesario, debido a que esta habilidad contribuye a la creación de un ambiente escolar positivo, donde los procesos de enseñanza - aprendizaje pueden desarrollarse, para Hernández-Perdomo et al. (2019) la empatía es fundamental para fortalecer e incrementar la interacción escolar positiva, ya que su aplicación permite comprender y respetar los pensamientos, emociones y experiencias de los demás.

Al hablar de ambiente escolar, Chaparro (1995) citado en Duarte (2003) argumenta que no solo se alude a las condiciones materiales como infraestructura y subestructuras, equipos, entre otros, sino que también se inmiscuye las dinámicas que surgen de la convivencia entre los miembros de la comunidad educativa, ya que son direccionadas por las competencias interpersonales, en especial por la inteligencia emocional.

De igual manera, se destacan que, al basar la sociabilidad en el respeto y comprensión de sus miembros, es posible reducir actos negativos, violentos o cualquier tipo de controversia o problema que surja de la interacción escolar. Según Rodríguez-Gómez (2008) la escuela y todos sus espacios como aulas, patios, bares, canchas, entre otros, son lugares que facilitan la interacción social, ya que refieren a un ambiente organizado y enfocado en

la formación educativa y personal de los alumnos, pero es normal que puedan surgir disputas o enfrentamientos de varias índoles, por ende es necesario el desarrollo de la empatía en los estudiantes.

Resulta indispensable la formación empática, Arias-Vinasco (2018) manifiesta que para una adecuada formación académica es imprescindible que los estudiantes comprendan que el entorno socioeducativo corresponde a una parte de sí mismos, por ende es de su interés y sobre todo su responsabilidad contribuir a la creación de un entorno educativo adecuado, en donde la interacción y los procesos educativos se desarrollen de manera adecuada.

De igual forma el autor resalta que, es preciso desarrollar en el alumno que parte de aprender refiere a comprender y entender que dentro de un entorno de interacción siempre existirán divergencias y convergencias de pensamiento o ideas, las cuales lejos de ser un problema o inconveniente, deben ser vistas como nuevas formas de observar un fenómeno, o entenderlas como una oportunidad para construcción de aprendizajes.

Entonces, el desarrollo de la empatía como habilidad socioemocional, favorece a la creación de ambientes educativos en donde prima la convivencia, colaboración y respeto por la diversidad tanto de perspectivas, cultura, sexo, y cualquier otro aspecto que puede ser *"diferenciador"* en la comunidad educativa, a través de la empatía los estudiantes pueden desarrollar sus habilidades de mejor manera, reducir el índice de violencia escolar o bullying, construir aprendizajes y desarrollar su personalidad.

Para Galtung (2003) la convivencia es la mejor forma para estimular el desarrollo cognitivo, incrementar la participación e implicación de los estudiantes respecto con su proceso de aprendizaje y con la creación de un

ambiente idóneo en donde las interacciones que emerjan de la comunidad educativa sean sanas y pacíficas.

4.1.3 Estrategias para fomentar la empatía en el aula

Para Hernández-Perdomo et al. (2019) los docentes al ser las personas encargadas de los procesos de enseñanza - aprendizaje, son quienes tienen la potestad y responsabilidad de fomentar la curiosidad, responsabilidad, y demás actitudes y valores, lo cual, aporta al desarrollo académico de los estudiantes.

En este sentido su rol como educador y orientador debe permitir al alumno comprender la importancia de la empatía y su aplicación dentro y fuera del espacio educativo, ya que dicha habilidad trasciende el ámbito escolar y favorece al desarrollo adecuado de la sociedad; en este sentido resulta imperativo que los profesores elaboren y diseñen estrategias direccionadas a fomentar la empatía dentro del aula.

Mena-Edwards et al. (2009), plantea que el docente puede fomentar el desarrollo y aplicación de la empatía en el aula mediante la vinculación de actividades que permitan implementar habilidades comunicativas en especial aquellas relacionadas con las competencias interpersonales como son razonamiento, regulación de emociones, comportamientos y resolución de problemas; estas en conjunto favorecen la interacción y construcción de la personalidad y un ambiente educativo positivo.

El mismo Hernández-Perdomo et al. (2019) establece que las lecturas, charlas, juegos, dramatizaciones o cualquier otra actividad planificada y estructurada, debe estar enfocada en el reconocimiento, comprensión y aceptación de los pensamientos y emociones de los miembros de la clase; por ende se recomienda a los docentes emplear material o recursos didácticos,

mismos que tienen como finalidad captar la atención del alumno mientras los motiva a desarrollar la actividad en compañía de sus compañeros.

Una de las mejores estrategias para fomentar la empatía, es el juego de roles, de acuerdo con Ascencio-Urueña (2021) es una herramienta con la cual los estudiantes deberán cambiar su forma de pensar y actuar para imitar o representar a un personaje, por lo regular se trata de una persona conocida; esto favorece en gran medida a que los estudiantes puedan identificar la responsabilidad, perspectivas y demás aspectos que una persona en un cargo, trabajo o situación debe afrontar y considerar para tomar una decisión.

Para Polo-Acosta (2018) esto es posible debido a que se permite a los estudiantes interpretar o representar situaciones realistas e inspirada en la realidad social, cultura, y educativa en la cual se desarrollan; facilita la asimilación y comprensión de múltiples contextos así como la ampliación de la perspectiva de cada uno de los participantes, favoreciendo a la eliminación de estereotipos o arquetipos erróneos que surgen en la sociedad en la cual los alumnos se desenvuelven e interactúan.

Al ser una estrategia inspirada por la realidad y un entorno de interacción social, los docentes contribuyen al desarrollo y aplicación de la empatía en determinados contextos y situaciones que los estudiantes pueden vivir o atravesar; por ende, mejora la convivencia áulica e institucional.

4.2 El impacto de la empatía en la convivencia escolar y el rendimiento académico

4.2.1 Cómo la empatía mejora la colaboración y disminuye el acoso escolar

Según Maldonado-Recio y Barajas-Esteban (2018), la empatía es una habilidad que permite que las personas comprendan situaciones,

pensamientos y emociones de los demás; en este sentido la empatía implica *ponerse en los zapatos del otro*. Esta habilidad suele ser usada de manera inconsciente y automática por la persona.

Según la investigación de los autores referidos, la empatía contribuye al entendimiento, respecto y reconocimiento de los derechos y necesidades de los demás; lo mismo ocurre con su desempeño académico y social, debido a que la empatía aporta con enfrentamiento de eventos conflictivos, como son los actos de violencia, sea esta física, sexual o verbal.

Para Peña-Cásares (2020) la limitada inteligencia emocional, puede incrementar el acoso escolar, inhibir y afectar directamente al desarrollo académico, así como, a la construcción de la personalidad y al desarrollo de habilidades sociales. El bajo rendimiento, el cambio en el comportamiento de los alumnos, la deserción educativa e incluso la aparición de cuadros de depresión y ansiedad, hasta el suicidio puede estar ligado a la existencia de acoso escolar; por ende es indispensable que los docentes, autoridades educativas y padres de familia estén atentos al comportamiento y actitudes en los estudiantes/hijos, con la finalidad de brindar el apoyo, asesoría y acompañamiento que requiere un estudiante que sufra de acoso o sean quien lo ejerce.

En este sentido, Zych et al. (2019) afirma que la educación y en especial los docentes deben comprometerse con una enseñanza enfocada en fortalecer y desarrollar en los estudiantes las competencias socioemocionales, para favorecer las relaciones interpersonales en el entorno educativo. Para ello sugiere que en primer momento se conozcan e identifiquen aspectos positivos y limitaciones en los estudiantes, lo cual permitirá al docente implementar estrategias y actividades destinadas a fortalecer las áreas de limitado dominio y desarrollar nuevas, poniendo atención a la *empatía*.

En este sentido es posible que la comprensión y entendimiento del otro surja como una manera de evitar conflictos y resolver los ya existentes, en especial aquellos relacionados con el acoso escolar o *bullying* tal como expresa (Hernández-Perdomo et al., 2019).

Por su parte, Antoniadou y Kokkinos (2018) en su investigación sobre el ciberacoso, identifica que, mientras menor sea el nivel de empatía durante la interacción social, mayores serán las probabilidades de acoso o violencia, debido a que existe una limitada comprensión y respeto por las opiniones, pensamientos y emociones de los integrantes; independientemente si se trata de agresores o agredidos, ya que afirma que en ambos casos las personas poseen un bajo nivel de empatía.

Una forma de prevenir el acoso y mejorar las relaciones interpersonales, para Peña-Cásares (2020) radica en la educación en valores, principios y la enseñanza de habilidades como la resolución de conflictos y la empatía fomenta la colaboración, cooperación y la cohesión grupal.

4.2.2 Relación entre la empatía y la reducción del estrés en los estudiantes

Un factor que merece la pena ser atendido es el *estrés escolar*, esta afección posee múltiples axiomas que pueden ir desde el acoso escolar, bajo rendimiento, el no entendimiento de los contenidos o actividades, la socialización, entre otros. Como se puede apreciar y en base a Sierra et al. (2015) cada aspecto corresponde a un estímulo o situación diferente, que emerge de la sociedad o el entorno en donde se desarrollan la interacción social, y en el ámbito educativo los procesos de enseñanza, aprendizaje y en especial la fase de evaluación.

El autor resalta que el estrés no se origina inmediatamente tras experimentar una situación negativa o tediosa, este emerge cuando dicha

situación se prolonga durante un tiempo y posee suficiente intensidad para afectar de manera negativa a la persona; por ende, el estrés es el resultado de una constante exposición a un entorno negativo o experiencias que produzcan emociones o sentimientos contrarios al esperado.

Se debe destacar que las situaciones o experiencias como tal no generan un efecto negativo en las personas, sino que este dependerá del valor e importancia que se le presente; en este sentido se subraya que estas situaciones no afectan de manera uniforme, sino que cada una produce un efecto o emoción distinta de persona a persona.

En el contexto educativo la empatía tiene un rol respecto a la regulación y reducción del estrés en los alumnos, debido a que al mejorar las relaciones interpersonales es posible que los estudiantes se apoyen entre ellos y sobrelleven ciertas cargas o situaciones emergentes en el proceso educativo.

De igual manera se considera que el estrés escolar es normal, y posee su axioma en las mismas relaciones sociales, en los procesos educativos, la resolución de problemas, al afrontar retos o experiencias nuevas. Para Osco-Rojas y Arevalo-Marcos (2023), la empatía corresponde a una habilidad que está presente en toda la vida de la persona y contribuye a la formación de un ambiente y relaciones sanas, a la comprensión de las motivaciones, sentimientos y pensamientos de los demás.

En este sentido, se remarca la necesidad de desarrollar empatía, ya que permite a los estudiantes comprender y valorar las emociones y sentimientos de los compañeros dentro del contexto educativo, lo que favorece a construir un ambiente de respeto, así como a brindar apoyo y soporte en situaciones de estrés, favoreciendo al manejo de situación que afectan al alumnado.

Karam-Rozo et al. (2019), plantean que existe correlación entre el nivel de estrés escolar y la empatía; argumentan que la empatía, la escucha activa, la comunicación asertiva y demás habilidades inherentes a las relaciones interpersonales, permiten enfrentar exitosamente los retos del proceso educativo. Por tanto, se aboga una educación que involucre no solo la construcción de conocimientos y habilidades disciplinares, sino que permita a los estudiantes aprender y gestionar sus emociones, relaciones y que como eje central dicha educación para la vida sea la empatía.

4.2.3 Beneficios de la empatía en el rendimiento académico y el bienestar estudiantil

El rendimiento académico y el bienestar estudiantil son aspectos en los que la empatía produce un efecto positivo, ya que esta, se encuentra inmiscuida en la forma de procesar las emociones, sentimientos y pensamientos. Goleman (2024) argumenta que es preciso educar a los estudiantes en el manejo y gestión emocional, al igual que guiar y orientar en el desarrollo de la empatía.

La educación emocional es un componente indispensable para el ser humano, no solo en la formación académica, sino en el desarrollo de la personalidad, la construcción de relaciones sanas y la creación de un entorno de bienestar.

El autoconocimiento, la autorregulación, *la empatía*, la motivación y las habilidades sociales corresponden a los componentes de la educación emocional, Goleman considera que la empatía es la parte central que permite conectar a las personas, sus conocimientos y emociones con el entorno, de esta forma las relaciones interpersonales se generan y desarrollan.

Por su parte San Martín-Ureña y Tapia-Peralta (2023) plantea necesario que el currículo sea diseñado bajo una perspectiva socioemocional, en donde la inteligencia emocional tenga relevancia. Aspectos como la empatía y la regulación emocional tienen relación con la creación de un entorno de bienestar tanto personal como social, debido a que favorecen al éxito académico, fortalece las relaciones sociales, mejora la perspectiva que tienen las personas de sí mismo y favorece a la inclusión educativa.

Siguiendo el orden las ideas, Bisquerra-Alzina y Pérez-Escoda (2012) plantean que la educación emocional debe ser implementada desde los primeros grados o niveles de educación formal y continuar incluso en la educación superior, ya que facilita el desarrollo y fortalecimiento de habilidades socioemocionales. El autor destaca tres aspectos en los cuales la educación basada en el desarrollo de la inteligencia emocional contribuye al bienestar psicológico, siendo estos:

- Favorece al reconocimiento y valoración de las propias emociones. Las personas son capaces de identificar sus motivaciones y sentimientos, de ahí que, la educación emocional contribuye a la formación del autoconocimiento y el autocontrol.
- Contribuye al aprendizaje de técnicas que permitan controlar y regular las emociones, reacciones y respuestas generadas por estímulos o situaciones personales o sociales, como son: estrés, ansiedad y frustración, entre otras. Asimismo, fomenta la empatía y la comprensión de los demás miembros del grupo, en este caso de compañeros tanto áulicos como de la institución.
- Bisquerra et al. (2012), argumenta que la educación emocional beneficia en la toma de dediciones, debido a que permite a los estudiantes reflexionar y evaluar la situación en la que se encuentran, considerando tanto sus emociones y la información que poseen del entorno.

Por otro lado, como ya se planteó con San Martín-Ureña y Tapia-Peralta (2023), la empatía favorece al éxito académico debido a que facilita la colaboración entre estudiantes. Goleman (2024), pone como eje central a la empatía cuando se aborda el tema de trabajo en equipo, su aplicación es clave para la comprensión de pensamientos, propuestas, entre otros aportes que cada persona puede efectuar desde su individualidad en la concesión de objetivos individuales y colectivos.

Debe tenerse en cuenta que los trabajos colaborativos o cooperativos, son enfoques educativos que, si bien su axioma radica en el trabajo en equipo, poseen diferente accionar; pero independientemente de su forma de desarrollarse ambos contribuyen a la mejora en el rendimiento académico, así como al desarrollo de habilidades socioeducativas.

En el caso del *enfoque colaborativo* León-Quispe et al. (2023) argumenta que en esta modalidad, los estudiantes se unen con la finalidad de resolver un problema o conseguir una meta u objetivo en común; en esta clase de dinámica los alumnos comparten la responsabilidad de las actividades, así como de aprovechar las habilidades y conocimientos de los miembros del equipo, lo que repercute en la calidad del trabajo.

En este espacio la empatía es necesaria, ya que al tratarse de un contexto en el cual las personas deben colaborar, comprender, respetar y valorar las diferencias, es importante para el buen funcionamiento de la actividad, la cohesión del grupo y la creación de un entorno propicio para aprender.

Respecto al *enfoque cooperativo*¸ su operacionalización radica en la individualización de actividades para la consecución de un objetivo, Velázquez-Callado (2014) establece que este enfoque propicia las habilidades

y conocimientos individuales de cada miembro del grupo, esto mediante el establecimiento de un *rol específico* para cada uno de ellos.

Si bien este enfoque prioriza la individualidad, no es menos cierto que durante la ejecución de los roles los estudiantes y miembros del grupo pueden ofrecer ayuda, apoyo e incluso orientación entre sí; esto facilitará el desarrollo de la tarea de una manera adecuada y eficiente. Es en este momento de cooperación, en donde los estudiantes deben demostrar y aplicar habilidades interpersonales, como la empatía que le permite comprender que su compañero necesita ayuda para realizar su parte de la actividad.

Lo mismo ocurre con el aprendizaje entre pares, según Cortes-Toledo et al. (2024) la metodología educativa enfocada en la contribución y apoyo entre compañeros para el aprendizaje resulta fundamental. A través de su diseño, los estudiantes podrán aprender al mismo tiempo que comparten sus experiencias, conocimientos y valores, lo que refuerza las relaciones interpersonales y permite el desarrollo de la empatía, que es clave para el mejoramiento del rendimiento académico del alumnado (Niño-Morante et al., 2022).

4.3 El rol de los docentes en la enseñanza de la empatía y resolución de conflictos

4.3.1 Capacitación docente para implementar estas habilidades socioemocionales

Si bien la educación socioemocional dirigida al alumnado corresponde a un factor importante cuando nos referimos a la formación integral y de calidad, no es menos cierto que los docentes también necesitan ser educados en esta área de las relaciones sociales y emocionales, debido a que son estos

profesionales quienes tienen a su cargo el guiar y orientar el proceso de aprendizaje, así como de diseñar la enseñanza.

En este sentido, resulta fundamental la capacitación docente en competencias y habilidades socioemocionales que mejoran la interacción con los alumnos, compañeros, padres de familia y demás miembros de la comunidad educativa. Como se ha venido argumentando las habilidades emociones permiten mejorar el clima escolar, la comunicación entre sus miembros y sobre todo tiene el potencial de motivar e inspirar al alumno mediante el establecimiento de actividades educativas destinadas a estimular la curiosidad, generar motivación; aspectos que poseen relación con el desempeño académico.

De acuerdo con Palencia-Pérez (2024) los docentes que demuestran poseer habilidades emocionales tienen que mejorar el entorno áulico, haciéndolo positivo y pacífico, un lugar donde prima el diálogo y el respeto por los pensamientos y emociones de sus integrantes; en este sentido no solo atiende las necesidades cognitivas del alumnado, sino que se preocupa de orientar y fortalecer habilidades y competencias emocionales, mismas que son de alta importancia en la formación académica y personal de las personas.

En este sentido, las habilidades socioemocionales se encuentran relacionadas con el desempeño pedagógico, debido a que a través de su aplicación en el ejercicio de sus funciones, los docentes bajo un enfoque socioemocional, serán capaces de comprender que estrategias educativas funcionan con sus estudiantes, de igual manera ayuda a identificar el mejor momento y la forma para su aplicación, con la finalidad de obtener resultados satisfactorios (Inostroza-Pardo, 2021).

Las habilidades socioemocionales, específicamente las relacionadas con la gestión, identificación y regulación de emociones y sentimientos contribuyen a mejorar el desempeño docente y a afrontar situaciones tensas o problemáticas que surgen durante su práctica profesional. Blázquez-Manzano et al. (2021) y Sahili-González (2015) resaltan que por lo regular los profesores están sujetos a una carga laboral fuerte que puede producir problemas o detrimento en su salud, esto se genera por la constante exposición a ambientes inapropiados o tensos.

Para evitar que más docentes adquieren el síndrome de *burnout o* de quemado, estrés, desgaste o cualquier otra afección que imposibilite de forma total o parcial un correcto ejercicio de sus funciones o un deterioro en las relaciones interpersonales que surgen de la interacción en la institución educativa. Para contrarrestar esto UNESCO (2015). Aboga por la capacitación docente en el área socioemocional, esta formación debe desarrollarse de manera continua y que atienda las necesidades pedagógicas y socioemocionales, lo cual permitirá al docente adaptarse a diversas situaciones, así como a motivarse en efectuar cambios tanto en su vida personal y profesional, en este caso en la estructuración y ejecución del proceso de enseñanza.

4.3.2 Estrategias pedagógicas para promover la empatía y la resolución de conflictos

Los docentes cumplen un rol esencial en el sistema educativo, en especial en la creación de experiencias de aprendizaje significativas, siendo esto parte del proceso de enseñanza. De igual forma, dentro del cumplimiento de sus funciones pedagógicas y la interacción social, son un modelo a seguir, por ende, es indispensable que los profesores posean competencias y habilidades

socioemocionales que faciliten las relaciones interpersonales y la construcción de un ambiente idóneo para el desarrollo del proceso educativo.

En este sentido, Reyes et al. (2022) argumenta que es necesario integrar la educación emocional en la capacitación y preparación docente, ya que ellos son los encargados de establecer, diseñar y estructurar la enseñanza mediante la aplicación de estrategias, recursos y actividades destinadas para la formación académica y socioemocional de los alumnos. De esta forma, se destacan algunas estrategias pedagógicas que pretenden estimular y promover las competencias socioemocionales, así como aquellas destinadas a la resolución de conflictos en el entorno escolar.

Una de las herramientas pedagógicas fundamentales es el *diálogo,* para Segura-González y Velásquez-Díaz (2015) refiere a la aplicación de competencias socioemocionales, en especial las habilidades comunicativas y la empatía, mediante estas es posible que las personas puedan trasmitir de forma clara sus pensamientos, necesidades o intenciones, de igual forma facilita la comprensión de la perspectiva de los demás. En este sentido, el diálogo produce espacios de reflexión, aprendizaje activo, fortalece la convivencia y las relaciones interpersonales, todo esto contribuyendo al desarrollo cognitivo y personal de los estudiantes.

Ortiz-Gómez (2014) señala que el diálogo es la mejor opción de resolver disputas o malentendidos en cualquier contexto y el educativo no es la excepción; rechaza la violencia, genera un entorno sano en donde la trasmisión de información se genera de forma fluida y comprensible para todos. En aplicación de la empatía generar soluciones creativas y eficientes, que beneficien a todos en conjunto resulta de fundamental importancia.

Otra estrategia pedagógica que promueve la empatía y la resolución de conflictos pacíficamente es el *mindfulness*, de acuerdo con Kabat-Zinn (2017) refiere a una práctica centrada en la contemplación intencionada y curiosa de fenómenos o situaciones que se desarrollan en el entorno sin emitir juicios. Si bien, podría parecer que esta herramienta solo alude a la observación, va más allá, ya que en su aplicación las personas desarrollan un grado de autorregulación, mediante la cual comprenden su entorno y a sí mismos.

En el contexto educativo, este enfoque contribuye al desarrollo de la empatía, debido a que se centra en la regulación de emociones y pensamientos en acontecimientos o la gestación de inconvenientes dentro del entorno educativo, en estas circunstancias, las personas pueden mantener la calma, no dejarse influenciar por las emociones y actuar sin pensar; por ende, el mindfulness representa una valiosa estrategia pedagógica que contribuye a crear un entorno sano y adecuado para la educación.

Holgado-Herreros (2024) argumenta que el mindfulness contribuye a mejorar la satisfacción por el proceso de aprendizaje y el ambiente en donde las relaciones interpersonales tienen lugar; en el caso de los conflictos, esta herramienta permite a las personas reconocer e identificar el problema y generar una solución creativa y que sea adecuada para todos.

En este sentido, tanto el diálogo, el mindfulness y los trabajos colaborativos y cooperativos antes mencionados, representan herramientas pedagógicas mediante las cuales los docentes pueden guiar la formación y desarrollo de la empatía y adquirir habilidades y competencias socioemocionales que contribuyan no solo a la construcción del aprendizaje, sino que favorezcan al desarrollo de la personalidad, la creación de entornos educativos adecuados y sobre todo la positividad de solucionar conflictos o

problemas mediante la comprensión y entendimiento de las posturas, perspectivas y motivaciones de los demás.

4.3.3 Ejemplos de programas exitosos en escuelas

Dentro de las relaciones interpersonales y las competencias socioemocionales, la empatía resulta importante y fundamental para el correcto desarrollo y formación de las personas, en este caso de los estudiantes. Si bien los docentes y padres de familia ofrecen un apoyo para la construcción del aprendizaje y la personalidad de los alumnos/hijos, no es menos cierto que es necesario diseñar e implementar programas destinados exclusivamente al fomento y desarrollo de las habilidades socioemocionales en el alumno.

Uno de los programas de mayor popularidad es MindUP, el cual centra sus esfuerzos en la formación socioemocional mediante la implementación del mindfulness, Hawn y Holden (2011) Destaca que el programa busca que los estudiantes no solo comprendan sus emociones sino la de los demás, para ello parten desde la comprensión del funcionamiento e importancia del cerebro y la influencia que posee respecto al manejo del estrés, identificación de emociones y el desarrollo de la empatía.

En este sentido, el programa orienta a los estudiantes a adquirir mayor conciencia de sí mismos y de sus compañeros, facilitando la interacción, fortaleciendo las relaciones interpersonales, construye un entorno sano y, sobre todo, los estudiantes adquieren un conocimiento profundo respecto a sus emociones, pensamientos y motivaciones. Schonert-Reichl y Roeser (2016) destaca que la implementación de estos programas no solo mejora el ambiente escolar, sino que la salud mental de los estudiantes se ve beneficiada debido a que mediante la autorregulación y autoconocimiento

son capaces de controlar sus emociones, regular sus actitudes y acciones; lo cual permite reducir los niveles de estrés, ansiedad; aspecto que favorecen y se reflejan en el desempeño académico y el nivel de relaciones interpersonales.

Otro de los programas direccionados al desarrollo de habilidades socioemocionales en el sistema educativo es Seamos Amigos en la Escuela, de acuerdo con la Arboleda (2020) 94 mil niños de distintas ciudades de Ecuador y niveles educativos se beneficiaron de la implementación del programa; el cual posee su axioma en las altas cifras de acoso escolar o bullying, evidenciado en distintas unidades educativas del país, en este sentido, se pretende instruir y orientar a los alumnos para desarrollar habilidades socioemocionales, las cuales permitan reducir el acoso, violencia, insultos o humillaciones entre compañeros.

El programa se desarrolló con el fin de fomentar la unidad, la amistad, la inclusión y sobre todo la empatía entre los miembros de la comunidad educativa, en espacial en los estudiantes. Para ello se enfocan en tres puntos de la formación de personas, estos son:

- El primero se relaciona con la capacidad para tomar decisiones acertadas, usar el pensamiento crítico durante el desarrollo de sus actividades, como la identificación objetiva de problemas, la reflexión, el análisis y la evaluación del entorno.
- El segundo alude a la autogestión y la capacidad para resolver problemas o conflictos en el entorno educativo, para ello el programa se enfoca en desarrollar confianza en el alumno respecto de sus capacidades, conocimientos y habilidades; en este sentido resulta importante apoyar al alumno a reconocer valores, principios, fijarse metas u objetivos e implementar procesos de autoevaluación para identificar áreas de mejora.

- El tercer aspecto corresponde al desarrollo de habilidades comunicativas e interpersonales, como se ha venido planteando estas permiten fortalecer las relaciones personales mediante el uso de competencias socioemocionales, dentro de la que se encuentra la empatía.

Para promover la empatía en el referido programa UNICEF (2019) destaca algunas *acciones de empatía* enfocadas en comprender la importancia de la habilidad y cómo repercute en el comportamiento de los estudiantes a nivel personal y social.

Las acciones parten de la promoción de la inclusión educativa, es decir, busca que todos los estudiantes sean partícipes no solo del programa sino de los procesos de enseñanza y aprendizaje y todo lo que estos ofrezcan al desarrollo integral; lo que permite a su vez, dejar de huir a las diferencias y dejar de ser indiferentes ante alguna situación o condición los estudiantes pueden estar atravesando.

El *comprender y actuar,* dos aspectos importantes que se relacionan con la forma en como "Yo" como estudiantes desarrollo las actividades dentro de la institución; para esto el autor resalta que cada estudiante debe ser capaz de identificar emociones, pensamientos y necesidades de sí mismo y de los demás para contribuir en los procesos educativos.

El programa, incentiva a los alumnos a esforzarse por comprender los sentimientos, emociones y pensamientos que sus compañeros poseen, en especial aquellos relacionados con la forma de experimentar una situación dada, ya que cada persona toma actitudes diversas ante una misma situación. Pero la acción no termina en la comprensión, sino que se aboga por el *respeto* de dicha forma de procesar o sentir los eventos que se efectúen en el entorno académico, de igual manera se plantea respetar las necesidades de cada alumno y brindar el apoyo y soporte necesario.

4.4 Empatía y resolución de conflictos en la gestión de la diversidad en el aula

4.4.1 La importancia de la empatía para gestionar la diversidad cultural y social

La diversidad cultural y social son aspectos que se encuentran ligados a la convivencia, la forma de actuar, aprender y socializar entre los miembros de la comunidad. Por ende, resulta importante el reconocimiento de dicha diversidad, un ejemplo de esto es el Ecuador, en donde a través de su constitución reconoce que el estado ecuatoriano es uno de carácter *intercultural y plurinacional*, aspectos que refieren a la relación entre culturas y al reconocimiento de la diversidad de pueblos y nacionalidades que cohabitan en el territorio ecuatoriano.

En este sentido, las instituciones educativas son espacios en los cuales se reúnen múltiples personas que poseen un origen étnico, social y cultural diferente, por ende, las habilidades socioemocionales, en especial la empatía tiene relevancia debido a su utilidad para respetar, comprender y entender las diferencias culturales y sociales que existen en el entorno educativo.

De igual forma al abordar la interacción socioeducativa, es indispensable mencionar algunas barreras sociales que perjudican el libre desarrollo de las personas en el entorno educativo, Adler (2008) menciona que la presencia de *estereotipos* afecta de forma directa a las relaciones sociales, para el autor, estas corresponden a una percepción incorrecta sobre un grupo de personas, suelen estar ligadas a los valores, principios, saberes, y todo aquello relacionado con su sistema de creencias; de los cuales se extraen características y las simplifican, sin importar la profundidad o importancia que tengan para los grupos.

Los *prejuicios*¸ son otra forma de afectar a la creación de entornos sanos, Tucker (2016) los califica como juicios prematuros, que por lo usual son de carácter negativo, no se basan en hechos o información objetiva, sino que toman una cualidad o actitud y la simplifican y generalizan para un grupo o colectivo de personas; por lo usual un prejuicio tiene ya una base estereotípica, que implica emociones y rechazo para el colectivo señalado.

Arjona-Granados (2021) plantea una tercera barrera de la empatía, es la *falta de sensibilidad cultural*¸ de acuerdo con el autor esta corresponde a la indiferencia y al no esfuerzo por comprender, entender y sobre todo respetar a una cultural diferente, estas personas por lo regular toman actitudes discriminatorias o excluyentes, ya que consideran que el pensamiento, costumbres y todo lo que corresponde a una cultura no es de importancia en su vida.

En este sentido y de acuerdo con la UNICEF (2019), se plantea que el desarrollo de la empatía en la educación permite a los estudiantes obtener herramientas que facilitan no solo los avances cognitivos o la creación de redes de apoyo, sino que, agilizan el proceso de inclusión educativa, y la construcción de una cultura de paz, en donde las diferencias son vistas como oportunidades de aprender y ampliar las perspectivas culturales y sociales.

La empatía ya no solo es una habilidad socioemocional que aporta al desarrollo y construcción de la personalidad, consolidación de las relaciones interpersonales, sino que mejora el entorno educativo y lo transforma en un ambiente de inclusión, respeto y reconocimiento de todos los estudiantes como miembros y partícipes de la comunidad educativa y los procesos que de ella desprenden, eliminando y combatiendo los estereotipos, prejuicios y la falta de sensibilidad cultural que afecta, tanto al entorno educativo como a la sociedad en general.

4.4.2 Resolución de conflictos relacionados con diferencias culturales, de género o de creencias

La aparición de conflictos es normal cuando se aborda el tema de las relaciones interpersonales y más aún, cuando se trata de aspectos culturales, de género o creencias; estos inconvenientes o disputas son generadas por la existencia permanente de estereotipos, prejuicios, desconocimiento o una limitada comprensión de las perspectivas o valores.

En este sentido, resulta importante una educación integral, la cual contribuya no solo al aspecto cognitivo, socioemocional, sino que aporte a la resolución pacífica de conflictos, para ello es importante la formación y orientación en métodos y formas de resolver conflictos de cualquier índole y que permitan construir relaciones sanas, basadas en el respecto, la comprensión y la no discriminación.

Pedrero-García et al. (2017) considera que los conflictos suelen ser vistos solo desde una perspectiva negativa, ya que por lo regular afectan al clima escolar, el desempeño y el nivel de implicación de los estudiantes respecto a su aprendizaje. No es menos cierto que pueden ser una oportunidad positiva para el desarrollo de habilidades y conocimientos para el alumnado, ya que permitirán ampliar las perspectivas, comprender y aprender nuevos puntos de vista de los miembros de la comunidad educativa, así como poner en práctica las competencias socioemocionales; se debe desatacar que cualquier forma de aprendizaje emanado de un conflicto es fundamental la dirección y guía docente, de esta forma se evitarán la perpetuación de estereotipos, prejuicios y cualquier otro mal entendido.

De igual forma resulta esencial señalar que al existir inconvenientes es posible idear y estructurar programas que permitan prevenir futuros

conflictos, de esta manera se pueden establecer estrategias, metodologías y recursos didácticos que permitan dar solución al conflicto y educar a los alumnos. La resolución de conflictos de género es un tema relevante en el entorno educativo, la formación y, sobre todo, en la promoción de una cultura de paz basada en el respeto y la comprensión de las diferencias de género en el ambiente escolar resulta esencial.

Para Vinokur et al. (2024) una forma tanto de promover el desarrollo de habilidades socioemocionales como la empatía, la prevención del conflicto y la resolución de problemas de género en el entorno escolar es el *aprendizaje basado en la interacción social o SBL*, misma que permite y facilita a las personas el ver al conflicto como una oportunidad para colaborar, mejorar, aprender y enseñar valores, principios, perspectivas y sobre todo fortalecer el área social, cultural y cognitiva de los estudiantes y docentes.

En este sentido habilidades como la empatía sirven de apoyo cuando se busca comprender y entender la cultura, posturas o perspectivas de cada persona que compone el entorno educativo. De igual forma, actividades que se desarrollan mediante un enfoque SBL, plantea que el aprendizaje radica en sociabilidad e interacción entre semejantes o pares, es decir, que busca promover la dinámica entre estudiantes a fin de fortalecer las relaciones sociales, educativas, cognitivas y sobre todo la personalidad de cada uno de sus partícipes, a fin de que sean capaces de comprender y respetar las diferencias.

4.4.3 Cómo crear un entorno inclusivo y respetuoso en el aula

Los cambios sociales, las nuevas necesidades educativas y el reconocimiento y respeto por diversidad en el entorno social y educativo ha permitido que emerjan nuevos enfoques pedagógicos que subsanen las múltiples

demandas y necesidades sociales y educativas, especialmente aquellas relacionadas con la equidad y justicia respecto al acceso, disfrute y libre desarrollo cognitivo dentro de las instituciones educativas.

Chavesta et al. (2024) plantea que la educación inclusiva es un enfoque pedagógico mediante el cual el proceso de aprendizaje se ejecuta para todos los estudiantes, independientemente, de las capacidades y habilidades que cada uno posea. Es decir, bajo este enfoque los estudiantes pueden participar y aprender sin importar las diferencias o necesidades educativas.

De igual forma un entorno inclusivo reconoce, valora y respeta la diversidad áulica, que se genera en los diferentes niveles educativos, en este sentido busca crear entornos óptimos para que los procesos de enseñanza y aprendizaje se efectúen de manera satisfactoria. El autor destaca que la educación inclusiva no solo debe entenderse como un enfoque direccionado única y exclusivamente para estudiantes con capacidades diferentes o necesidades educativas especiales, sino que su enfoque abarca la totalidad de estudiantes, es decir, que también considera los ritmos, estilos y formas de aprender, procesar y representar la información o los aprendizajes.

De acuerdo con Fernández-Blázquez y Echeita-Sarrionandia (2021), la educación inclusiva parte de los derechos humanos, y el derecho al acceso a la educación de calidad e integral; reconoce que cada persona refiere a un individuo que posee cualidades y capacidades únicas, por ende el aporte que cada persona puede brindar a la sociedad resulta importante. En este sentido es indispensable que la educación llegue a cada persona sin importar sus diferencias, esto permitirá que la sociedad sea un poco más justa y equitativa con sus miembros.

Chavesta et al. (2024) aboga por la creación de programas de formación dirigido a la comunidad educativa, como espacios que deben ser ideados

para que las personas puedan colaborar y abordar temáticas relacionadas con la diversidad, el respeto, la necesidad de la cultura de paz y sobre todo enfocarse en la prevención de la discriminación por cuestiones de género, cultura, creencia, entre otros factores propios de la personalidad.

Una de las estrategias que mejor resultados podría ofrecer es la creación de clubes o grupos de apoyo, en los que los estudiantes tengan un espacio para compartir, interactuar y conocerse; esto contribuiría a que cada estudiante comprenda, entienda y aprenda de la diversidad de cada uno de sus compañeros, esto facilitaría que el alumno cree redes de apoyo, así como sobre todo mejore la calidad y nivel de interacción socioeducativa.

Estos aspectos contribuyen a la creación de un entorno educativo inclusivo, de igual forma es importante que las competencias y habilidades socioemocionales sean desarrollas por el alumno, especialmente la *empatía*, la cual favorece a la comprensión, aceptación y valoración de las diferencias educativas, sociales, de pensamiento y culturales que existente en el entorno educativo.

Asimismo, debe destacarse que a más de la sensibilización y la educación socioemocional es importante que existan políticas educativas con objetivos claros, para Suárez-León et al. (2023) resulta fundamental que se estructuren y apliquen políticas y prácticas educativas direccionadas a fomentar el respeto y aceptación de la diversidad, prevenir el acoso, la violencia y la discriminación dentro del entorno escolar; dichas políticas no solo deben estar direccionadas únicamente, al alumnado; sino a todos los miembros de la comunidad educativa.

Un aspecto clave de la creación de entornos educativos inclusivo radica en la capacitación, formación y desarrollo de las habilidades y capacidades docentes para la estructuración y correcto desarrollo del proceso

de enseñanza y una adecuada orientación y guía del aprendizaje, Andrango-Guerrón (2023) argumenta que el rol docente es fundamental si se desea cambiar y direccionar el comportamiento del alumnado a fin de comprender y entender que las diferencias culturales, aquellas relacionadas con las habilidades, competencias y estilos de aprendizaje, son un factor positivo y que garantiza nuevas experiencias educativas y personales que nutren su desarrollo tanto cognitivo como de la personalidad.

4.5 Evaluación del desarrollo de habilidades de empatía y resolución de conflictos en los estudiantes

4.5.1 Métodos de evaluación de las competencias socioemocionales en el entorno escolar

Parte importante de la formación socioemocional corresponde a determinar el grado de dominio de dichas competencias, de acuerdo con Delgado-Villalobos et al. (2021) la educación permite identificar el nivel de desarrollo de las habilidades como la empatía, autorregulación, autogestión y demás aspectos esenciales de la formación integral del sujeto.

De acuerdo con Marchioni (2016), las competencias socioeducativas en el entorno escolar solo pueden ser medidas de forma indirecta, es decir que las habilidades, emociones y demás aspectos internos y de carácter variable y subjetivo no son cuantificables ni pueden ser observados de forma directa, en este sentido no se puede implementar un proceso de evaluación objetivo; pero sí valorarlas a partir de las acciones del ser humano.

Al abordar una medición indirecta, se alude a que la evaluación debe estar estructurada no para medir las habilidades socioemocionales en sí, sino que este proceso está diseñado mediante la identificación de indicadores que denoten o estén relacionados con las habilidades. En este sentido Souto-

Romero (2012) plantea dos formas para efectuar la evaluación de las competencias socioemocionales, estas son:

- *Medidas de habilidad o de ejecución:* para Extremera-Pacheco et al. (2004) esta forma de evaluar se efectúa mediante la observación a los sujetos (estudiantes) en situaciones reales o simuladas, en las que obligatoriamente necesiten aplicar competencias socioemocionales, las cuales se reflejan en sus actitudes, acciones, decisiones y la forma en que desarrolla una actividad o tarea que implique solucionar un problema en conjunto con sus compañeros o grupo de trabajo.

Jiménez-Blanco et al. (2020) en su investigación implementa medidas de habilidad o de ejecución para evaluar y medir el nivel de inteligencia emocional en el alumnado, para ello usa el método EMOCINE, el cual implementa escenas o shorts de películas o series, en donde los personajes se ven inmiscuidos en el desarrollo de situaciones significativas y específicas, en las cuales se puede apreciar las emociones.

Tras la visualización de las escenas, los niños son evaluados en función de la forma en como trasmiten o interpretan la película, para ello se establecen tres niveles:

1. *Nivel Inicial*: refiere a la *descripción* de la escena visualizada, aquí no existe interpretación o análisis, simplemente se limita a describir.
2. *Nivel Medio*: es de carácter especulativo, es decir, ya existe una interpretación (aunque superficial), el estudiante identifica las emociones.
3. *Nivel avanzado*: de carácter netamente *explicativo,* el alumno es capaz de describir la escena y analizar las emociones observadas. Es decir, comprende cuál es el significado y valor de las emociones dentro de la

película y como esta tiene relevancia en la vida real y, sobre todo, en el entorno educativo.

En este sentido, se aprecia que métodos evaluativos como el EMOCINE, implementado por Jiménez-Blanco y sus colaboradore, Role-Playing para la comprensión y valoración de las perspectivas que cada persona posee en el cumplimiento de un rol, puesto o actividades; DANVA que estudia y evalúa la percepción de las emociones, en especial de la empatía, mediante la presentación de situación, eventos o imágenes en donde se presentan expresiones fáciles; entre otros que usan *medidas de habilidad o de ejecución.*

Los métodos de evaluación buscan identificar el nivel de desarrollo y comprensión de las emociones (inteligencia emocional, competen y habilidades socioemocionales) en el alumnado; qué valor les otorgan y si son aplicadas en el contexto escolar.

- *Autoinforme:* delgado-Villalobos et al. (2021), afirma que mediante esta forma de evaluar se obtienen resultados a través de la autopercepción e introspección del alumnado, respeto a las competencias y habilidades socioemocionales evidenciadas en el proceso enseñanza – aprendizaje. Es decir, se trata de una autoevaluación.

Mellor y Moore (2014), dicen que uno de los problemas del autoinforme es la dependencia de la autopercepción del alumnado para determinar las habilidades o competencias socioemocionales que considera tener, en qué medida y con qué frecuencia las demuestra, ya que puede dar paso a engaños, mentiras o datos que no representan la realidad del comportamiento, actitud y habilidades del estudiante.

4.5.2 Indicadores de éxito en el desarrollo de la empatía y la resolución de conflictos

Para la evaluación de la empatía y la capacidad de resolución de problemas es importante establecer los indicadores para identificar si los estudiantes han sido capaces de desarrollarla, en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y la creación de entornos educativos sanos y pacíficos.

Respecto a la empatía debe recordarse que es una habilidad socioemocional inmiscuida directamente en la interacción y la resolución de problemas, y en otros aspectos que componen lo social, cultural, educativo y demás áreas en las cuales las personas se desarrollen e interactúen. Para Mantilla-Castellanos (2006), corresponde a la capacidad para comprender y entender las perspectivas, emociones y pensamientos de otras personas.

Según Chavira-Trujillo y Celis De La Rosa (2022) para evaluar los indicadores o criterios de valoración de la empatía puede realizarse con la *Escala de Empatía Cognitiva y Afectiva o TECA*, ya que, verifica el desarrollo de esta habilidad socioemocional desde dos dimensiones esenciales:

- *La empatía cognitiva*: alude a la comprensión de los pensamientos y emociones de las demás personas, en este caso compañeros. Batson (2009) identifica dos indicadores clave, estos son *la toma de perspectiva* (TP), la cual mide la capacidad del alumno para comprender una situación o evento por el cual otra persona está atravesando, de acuerdo con el autor, la TP se enfoca en garantizar comportamientos en favor del entorno y sus integrantes.
- *La flexibilidad cognitiva*, de acuerdo con Decety y Jackson (2004) se enfoca en evaluar la capacidad adaptativa de los estudiantes respecto a la presencia de múltiples puntos de vista o perspectivas, en este sentido, el desarrollo de la

empatía es crucial, ya que permite al alumno ajustar su comportamiento y emociones en base al contexto.

- *La empatía afectiva*: para López-Pérez et al. (2008) es la capacidad de los estudiantes para experimentar y responder en función de las emociones y pensamientos de otros. Los indicadores empleados son: *sensibilidad emocional*, referida a la tendencia por sentir o percibir las emociones de los compañeros; *preocupación emocional* que según Davis (1983) es la capacidad de las personas (alumnado) para sentir compasión o deseos de ayuda o apoyo por sus semejantes. Este aspecto contribuye a la creación de redes de apoyo entre los miembros de la comunidad áulica o institucional.

4.5.3 Herramientas y estrategias para medir el impacto en el bienestar estudiantil

El bienestar estudiantil es otro aspecto de alta importancia al referirse a los procesos educativos, la interacción socioeducativa y el desarrollo de habilidades y competencias cognitivas y socioemocionales, según León-González (2011) es la creación de entornos seguros, en los cuales los estudiantes puedan desenvolverse de manera adecuada, y abarca el ámbito biológico, psicológico y social.

Una de las estrategias que fortalecen el bienestar estudiantil es el desarrollo de la inteligencia emocional, de acuerdo con Belsky y Barends (2020) en Moreno-Quinto et al. (2023) permite a las personas desarrollar habilidades de comprensión, regulación e identificación de emociones, motivaciones y pensamientos de sí mismo y de los demás.

El autor destaca que la inteligencia emocional está estrechamente relacionada con el desempeño académico, las relaciones interpersonales y el clima escolar. Por ende, es importante que los docentes se encuentren

capacitados y posean las herramientas necesarias para adaptar la enseñanza en lo cognitivo y socioemocional.

Otro factor importante, es la conducta y comportamiento de los estudiantes, de acuerdo con Bisquerra-Alzina (2003) una educación basada en el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales resulta positivo, debido a que abre la posibilidad de identificar problemas emocionales, cognitivos y conductuales, permitiendo a los docentes implementar mecanismos de orientación y apoyo al alumnado.

Para la Fundación WIESE (2024) los docentes deben ser capaces de motivar a sus estudiantes a desarrollar una comunicación asertiva y empática respecto a la trasmisión de sus pensamientos y emociones durante el desarrollo de las actividades sociales y académicas. De igual forma destaca la necesidad de establecer normas de convivencia áulica, de acuerdo con Cubero-Venegas (2004) permite regular el comportamiento estudiantil y contribuir a la mejora del clima áulico y escolar, una recomendación que emite el autor es que las normas o reglas deben ser diseñadas en conjunto con los estudiantes, esto permitirá que sean ellos quienes reconozcan las conductas y actitudes positivas y negativas durante el desarrollo de las clases.

Otra forma para mejorar el bienestar estudiantil es el fomento de la participación activa, que refiere al incremente del nivel de implicación del estudiante respecto a su proceso de aprendizaje, Boada y Mayorca (2019) argumenta que esto puede efectuarse mediante el establecimiento de foros y debates, en los cuales los estudiantes pueden expresar sus opiniones, argumentos, perspectivas y puntos de vista respecto a una temática o evento, en estas actividades es importante la empatía para respetar las opiniones de los demás, así como para contribuir a la construcción del aprendizaje.

Con la finalidad de determinar el nivel de bienestar estudiantil existen algunas estrategias o herramientas que facilitan esta labor, una de ellas son los cuestionarios de autoevaluación, específicamente aquellos que implementan la Escala multidimensional de satisfacción con la vida de los estudiantes o MSLSS, de acuerdo con Huebner (1994) facilita al docente recopilar datos sobre la autopercepción del estudiante sobre la forma en como este experimenta el clima escolar; permite medir el nivel de satisfacción del alumno en varios aspectos o áreas que componen la vida estudiantil.

Por su parte Casas et al. (2010) establece algunos indicadores que facilitan la medición del bienestar estudiantil, estos se direccionan a identificar la percepción del alumnado sobre su vida, entorno y demás aspectos que intervienen en su desarrollo emocional, personal y social; algunos indicadores son:

- *Satisfacción con la vida en general:* se enfoca en observar el nivel de satisfacción de los estudiantes respecto a su vida, se trata de una percepción global de la manera en cómo su vida se desarrolla.
- *Hogar y familia:* determina la forma en que los estudiantes observan su entorno familiar y aspectos o situaciones que se desarrollan en el hogar. Aspectos, como: apoyo, convivencia, confianza, entre otros, que reflejan el nivel de satisfacción de estos espacios de interacción y desarrollo.
- *Relaciones de amistad y apoyo social:* el entorno social y las relaciones interpersonales configuran un aspecto indispensable en la vida y desarrollo de las personas.
- *Satisfacción con el entorno escolar:* es la forma en cómo los estudiantes perciben y se desarrollan durante los procesos de enseñanza – aprendizaje, el tipo de relación y confianza que tienen con el cuerpo docente, compañeros, y el nivel de implicación con su desarrollo académico y personal.

- *Autoconcepto y autoestima:* dos factores trascendentes en la formación y el desarrollo de habilidades cognitivas y emocionales; y que poseen una relación directa con el desempeño académico.

- *Salud y bienestar emocional:* valora la forma en que los estudiantes se perciben a sí mismos de forma física. Es decir, se sienten cómodos con su aspecto (peso, altura, flexibilidad, entre otros)- La frecuencia en la actividad física y la estabilidad emocional resultan fundamentales.

- *Aspiraciones y metas*: se centra en determinar las expectativas, metas y objetivos que los estudiantes poseen respecto al porvenir.

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez-Aguado, I., Vega-Córdova, V., Campaña-Vilo, K., González-Carrasco, F., Spencer-González, H., & Arriagada-Chinchón, R. (2020). Habilidades de autodeterminación en estudiantes chilenos con discapacidad intelectual: Avanzando hacia una inclusión exitosa. *Revista Colombiana de Educación*, *79*, 369–394. https://lc.cx/DTAPLI

Andrade-Torres, X., Yépez-Moreno, A., Núñez-Naranjo, A., Remache –Bunci, G., & Toro –Santacruz, S. (2024). The Psychometric Properties of the ACIE Test for the Identification of High Intellectual Abilities. *Journal of Ecohumanism*, *3*(3), 1084–1099. https://doi.org/10.62754/joe.v3i3.3559

Arguello Urbina, B., & Sequeira Guzmán, M. (2016). Estrategias metodológicas que facilitan el proceso de enseñanzaaprendizaje de la Geografía e Historia en la Educación Secundaria Básica. *Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua*, *4*(August), 30–59.

Becerra, F. Q. (2022). La comprensión lectora en Braille y los procesos psicológicos en personas con discapacidad visual. *Repositorio Institucional - Ulima*. https://lc.cx/XYHHe4

Becerra García, E. B., Núñez Naranjo, A. F., & Olalla Pardo, V. E. (2021). Análisis de la autogestión del aprendizaje del estudiante de grado:

un caso de estudio en la modalidad a distancia. *ConcienciaDigital*, *4*(3.1), 53–65. https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v4i3.1.1811

Bermeo Mera, Á. D. (2023). La enseñanza moral en las aulas del siglo XXI: una perspectiva hacia metodologías activas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, *7*(1), 7480–7493. https://lc.cx/RzLnAM

Bland, A. R., Barraclough, M., Trender, W. R., Mehta, M. A., Hellyer, P. J., Hampshire, A., Penner, I. K., Elliott, R., & Harenwall, S. (2024). Profiles of objective and subjective cognitive function in Post-COVID Syndrome, COVID-19 recovered, and COVID-19 naïve individuals. *Scientific Reports*, *14*(1), 13368. https://doi.org/10.1038/s41598-024-62050-x

Caballero-Grande, M. (2010). *School behaviour management . A study on good practices*. 154–169.

Chaverri Chaves, P., & León González, S. P. (2022). Promoviendo la capacidad de autocontrol en niñas y niños: conceptos y estrategias en contexto. *Innovaciones Educativas*, *24*(37), 119–132. https://doi.org/10.22458/ie.v24i37.4068

Condori, P. (2010). Enseñanza y desarrollo personal. *Revista de Investigacion Psicologica*, *16*, 75–86. https://lc.cx/hZX0PC

Couvillion, C. (2003). Self-Efficacy, Motivation, and Outcome Expectation Correlates of College Students' Intention Certainty. In *Components* (Issue May).

Dong, R. K., Li, X., & Hernan, "Banjo" Roxas. (2024). Psychological safety and psychosocial safety climate in workplace: A bibliometric analysis and systematic review towards a research agenda. *Journal of Safety Research*, *91*, 1–19. https://doi.org/10.1016/j.jsr.2024.08.001

Granados López, H., & García Zuluaga, C. L. (2016). El modelo de aprendizaje experiencial como alternativa para mejorar el proceso de aprendizaje en el aula. *ÁNFORA*, *23*(41), 37–54. https://lc.cx/aSZevy

Guanoluisa Rodríguez, J. G. (2021). *Estrategias metodológicas en el desarrollo de la inteligencia lingüística en niños de 4 a 5 años de edad.* http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/20027

Guillén Ubico, A., Liesa Orús, M., & Latorre Cosculluela, C. (2022). La percepción de los estudiantes de magisterio sobre las altas capacidades. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación Del Profesorado*, *26*(1), 65–85. https://lc.cx/lICyUK

Hormazábal Muñoz, V. A. (2022). Formación de profesores en inteligencia emocional ¿Tiene chile una deuda en este ámbito?: un estudio de caso en una universidad pública, desde la percepción de profesoras tituladas y estudiantes. *Revista Enfoques Educacionales*, *19*(2), 79–102. https://doi.org/10.5354/2735-7279.2022.67625

Jeklin, A. (2016). *Socio-emotional development in preschoolers attending public and private educational centers*. *VI*(July), 1–23.

Lobo, M., & Vuyk, A. (2023). Concepciones de docentes del nivel medio de un colegio privado de Asunción-Paraguay sobre altas capacidades intelectuales en estudiantes desde una perspectiva de inclusión. *Revista Científica Estudios e Investigaciones*, *12*(1), 23–37. https://doi.org/10.26885/rcei.12.1.23

Márquez, A. C. (2019). Posibilidades y limitaciones de la neuroeducación. *Mente y Cerebro, ISSN 1695-0887, Nº. 98, 2019, Págs. 26-32*, *98*, 26–32. https://n9.cl/r5g2f3

Martín, O., Santaolalla, E., & Urosa, B. (2019). Inteligencias múltiples y su relación con las competencias clave en la etapa de Educación

Primaria. *Innovación Educativa En La Sociedad Digital, 2019, ISBN 978-84-1324-493-8, Págs. 1503-1514*, 1503–1514. https://lc.cx/90iduh

Merino Villeneuve, I. (2015). Una nueva "vacuna": la del autoconocimiento: autoconocimiento a través de la neurociencia, la inteligencia emocional y el mindfulness. *Pediatría Atención Primaria*, *17*(68), e289–e293. https://doi.org/10.4321/S1139-76322015000500018

Meyer, J. P., & Allen, N. J. (1991). A three-component conceptualization of organizational commitment. *Human Resource Management Review*, *1*(1), 61–89. https://doi.org/10.1016/1053-4822(91)90011-Z

Minsberg, L. C., & Morales, E. R. (2018). Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno. *Didac*, *72*(2018), 29–37.

Montgomery urday, W. (2014). Teoría, investigación y aplicaciones clínicas del autocontrol. *Revista de Investigación En Psicología*, *11*(2), 215. https://doi.org/10.15381/rinvp.v11i2.3850

Montoya Londoño, D. M., Taborda Chaurra, J., Dussán Lubert, C., & Nieto Osorio, L. S. (2021). Estilo cognitivo y autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales. *Tempus Psicológico*, *4*(2), 48–67. https://goo.su/tYkzocb

Nunez-Naranjo, A. (2022). Constructivist Didactics in the Teaching-Learning Process. 2022 IEEE 2nd International Conference on Advanced Learning Technologies on Education & Research (ICALTER), 1–4. https://goo.su/wR2wM

Núñez-Naranjo, A., Cumbicus, F. C., & Ocaña, J. M. (2024). TIC as a Didactic Tool for the Development of Reading Comprehension (pp. 144–154). https://doi.org/10.1007/978-3-031-44131-8_15

Núñez-Naranjo, A. F. (2024). Analysis of the determinant factors in university dropout: a case study of Ecuador. Frontiers in Education, 9. https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1444534

Núñez Naranjo, A., & Gaona Soto, H. (2021). Análisis de la política de inclusión educativa en la educación media en el Ecuador. Revista Científica Retos de La Ciencia, 5(e), 103–111. https://doi.org/10.53877/rc.5.e.20210915.9

Ortiz Mancero, M. F., & Núñez Naranjo, A. F. (2021). Inteligencia emocional: evaluación y estrategias en tiempos de pandemia. Revista Científica Retos de La Ciencia, 5(11), 57–68. https://lc.cx/3XZ2P7

Payá, M. (1992). El autoconocimiento como condición para construir una personalidad moral y autónoma. Comunicación, Lenguaje y Educación, 4(15), 69–76. https://goo.su/Nr8S

Putz, D., Schilling, J., & Kluge, A. (2012). Measuring Organizational Climate for Learning from Errors at Work (pp. 107–123). https://doi.org/10.1007/978-90-481-3941-5_7

Rodríguez, J. (2013). Una mirada a la pedagogía tradicional y humanista. Presencia Universitaria, 3(5), 36–45.

Sanchez-Gomez, M., Oliver-Casademont, A., Adelantado-Renau, M., Bresó, E., Sánchez-Gómez, M., Oliver, A., Breso, E., & Es, B. (2020). Emotional Intelligence and Anxiety in Adolescents: A Practical Proposal in the Classroom. QUADERNS Digital.NET, 1, 74–89.

Sánchez, E., & López, J. (2019). Edutecnología y aprendizaje 4.0. In SOMECE. https://lc.cx/DeqV_m

Tigrero Barberán, G. G. (2022). Las técnicas activas de aprendizaje en el desarrollo de la lectura crítica. Universidad de Guayaquil Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación.

Trelles Astudillo, H. J. (2022). Formación de profesores para la atención de la diversidad en el aula de clase. Revista Boletín Redipe, 11(9), 90–101. https://doi.org/10.36260/rbr.v11i9.1883

Valentina, Z. Y., & Raymundo, T. J. (2022). Influencia en el ámbito educativo emotional intelligence, theoretical foundations and its influence in the educational field En el siglo XXI la inteligencia emocional es de gran interés en el ámbito educativo, social, científico, en nuestro diario viv. 11, 137–147.

Vidal, J. (2017). Una explicación del autoconocimiento psicológico. Tópicos, Revista de Filosofía, 54, 353–392. https://doi.org/10.21555/top.v0i54.858

Williams, A., Falcón, C., Elizabeth, J., & Gonzáles, R. (2024). Habilidades prácticas y competencias digitales: perspectivas en la enseñanza Practical skills and digital competencies: perspectives in teaching. 5, 1–8.

Yubero, S. (1998). Socialización y aprendizaje social. JM León, S. Barriga, T. Gómez, B. González, S. Medina y FJ Cantero, Psicología Social. Orientaciones Teóricas y Ejercicios Prácticos.

Araya-Pizarro, S. C., & Pastén, L. E. (2020). Aportes desde las neurociencias para la comprensión de los procesos de aprendizaje en los contextos educativos. Propósitos y Representaciones, 8(1), 312. https://lc.cx/JJNmtT

Arboleda, J. C. (2023). Prácticas pedagógicas, motivación y pensamiento crítico. Revista Boletín Redipe, 12(8), 14–17. https://lc.cx/9Dn0BZ

Baquerizo, D. C. R. P., Tam, D. C. O. A., & López, D. C. J. G. (2014). La deserción y la repitencia en las instituciones de Educación Superior: algunas experiencias investigativas en el Ecuador. Universidad y Sociedad, 6(1), 102–107. https://lc.cx/o0LEyf

Bermeo Mera, Á. D. (2023). La enseñanza moral en las aulas del siglo XXI: una perspectiva hacia metodologías activas. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(1), 7480–7493. https://lc.cx/-Dlxgi

Caballero-Grande, M. (2010). School behaviour management. A study on good practices. 154–169.

Cabezas, J. (2017). The exclusion of students with high capacities. Revista CIS, 14(22), 46–62.

Cadena-Zambrano, V., & Nuñez-Naranjo, A. (2020). ABP: Estrategia didáctica en las matemáticas. 593 digital Publisher CEIT, 1(5), 69–77. https://doi.org/10.33386/593dp.2020.1.184

Canaza Zapata, S. M., & Canaza Zapata, E. (2024). Convivencia escolar: Revisión sistemática. Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación, 8(32). https://lc.cx/9OosYK

Castillo, M. P., & Alegría, R. R. (2022). Mensajes de odio y desinformación en tiempos de pandemia. La Nueva Normalidad Educativa. Educando En Tiempos de Pandemia, 112–119. https://doi.org/10.2307/j.ctv282jhq2.13

Chaverri Chaves, P., & León González, S. P. (2022). Promoviendo la capacidad de autocontrol en niñas y niños: conceptos y estrategias en contexto. Innovaciones Educativas, 24(37), 119–132. https://lc.cx/z0oNgE

Contini, N., & Betina, A. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos

psicopatológicos. Fundamentos En Humanidades, XII (23), 159–182. https://lc.cx/N02tr0

Corengia, A., Pita, M., Mesurado, B., & Centeno, A. (2013). La predicción de rendimiento académico y deserción en estudiantes universitarios. LIBERABIT: Lima (Perú) Digital) LIBERABIT: Lima (Perú), 19(191).

Flores, M. E., García, T. M. L., Calsina, P. W., & Yapuchura, S. A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano-Puno. Social skills and the interpersonal communication of the students of the national university of Altiplano - Puno. Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo, 7(2), 5–14. https://lc.cx/e_bycf

Gardner, H. (2012). Inteligencias Múltiples La teoría en la práctica.

Gómez Acuñas, M., Lucas Millán, C., Bermejo García, M. L., & Rabazo Méndez, M. J. (2018). Las emociones y su relación con las inteligencias múltiples en las asignaturas de ciencias y matemáticas en secundaria. International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología., 1(1), 213. https://lc.cx/sfhbAI

Guanoluisa Rodríguez, J. G. (2021). Estrategias metodológicas en el desarrollo de la inteligencia lingüística en niños de 4 a 5 años. https://lc.cx/FLYcB3

Hatzius, J. (2023). The Potentially Large Effects of Artificial Intelligence on Economic Growth (Briggs/Kodnani). Goldman Sachs. https://lc.cx/p7pRWf

ISEP. (2019). Inteligencia en primera infancia. https://www.isep.es/actualidad educacion/inteligencia-primera-infancia/

Lizano, K., & Umaña, M. (2008). La Toería de las Inteligencias Múltiples en la práctica docente en Educación Preescolar. Revista Electrónica Educare, XII (1), 135–149. https://n9.cl/n83mv

Lobo, M., & Vuyk, A. (2023). Concepciones de docentes del nivel medio de un colegio privado de Asunción-Paraguay sobre altas capacidades intelectuales en estudiantes desde una perspectiva de inclusión. Revista Científica Estudios e Investigaciones, 12(1), 23–37. https://lc.cx/Dj7nIY

Medina, F., Tinajero, G., & Rodríguez, J. C. (2013). La orientación educativa en la escuela secundaria: una práctica olvidada. Revista Mexicana de Orientación Educativa, 10(25), 76–80. https://lc.cx/lAxXcu

Montero, E., Lamilla, E., Guzmán, D., Roblero, J., Pazmino, A., Gutiérrez, E., Velasco, V., Pabón, L., & Romero, A. (2021). Metodología de aprendizaje por pares y proyecto: una implementación innovadora del proceso enseñanza– aprendizaje a nivel universitario en Ecuador. Revista de Enseñanza de La Física, 33(2), 359–364. https://lc.cx/4u6Pqz

Montgomery urday, W. (2014). Teoría, investigación y aplicaciones clínicas del autocontrol. Revista de Investigación En Psicología, 11(2), 215. https://doi.org/10.15381/rinvp.v11i2.3850

Muñoz, V. A. H. (2022). Formación de profesores en inteligencia emocional ¿Tiene Chile una deuda en este ámbito?: Un estudio de caso en una universidad pública, desde la percepción de profesoras tituladas y estudiantes. Revista Enfoques Educacionales, 19(2), 79–102. https://doi.org/10.5354/2735-7279.2022.67625

Núñez Naranjo, A. F. (2021). Tutoría académica en la educación superior: el rol del autor académico, tutor pedagógico y del estudiante en la

modalidad a distancia. Revista Científica Retos de La Ciencia, 5(e), 64–75. https://doi.org/10.53877/rc.5.e.20210915.06

Núñez Naranjo, A. F., Becerra García, E. B., & Olalla Pardo, V. E. (2021). Autogestión del aprendizaje: Revisión de la literatura. Explorador Digital, 5(2), 6–22. https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v5i2.1649

Ortiz Mancero, M. F., & Núñez Naranjo, A. F. (2021). Inteligencia emocional: evaluación y estrategias en tiempos de pandemia. Revista Científica Retos de La Ciencia, 5(11), 57–68. https://lc.cx/7J4MbD

Peralta Lara, D. C., & Guamán Gómez, V. J. (2020). Metodologías activas para la enseñanza y aprendizaje de los estudios sociales. Sociedad & Tecnología, 3(2), 2–10. https://doi.org/10.51247/st.v3i2.62

Profesora, C. Z. B., Universidad, A., Habana, D. La, Habana, L., Ciencias, U. De, Enrique, P., Varona, J., Habana, L., Emilia, C. M., Titular, R. P., La, U. De, & La, H. (2010). 360635569006.

Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2018). Predictores de la Felicidad y la Inteligencia Emocional en la Educación Secundaria. Revista Colombiana de Psicología, 27(1), 71–84.

Revelo, O., Collazos, C., & Jiménez, J. (2017). El trabajo colaborativo como estrategia didáctica para la enseñanza/aprendizaje de la programación: una revisión sistemática de la literatura. TecnoLógicas, 21(41), 123–7799.

Rodríguez, J. (2013). Una mirada a la pedagogía tradicional y humanista. Presencia Universitaria, 3(5), 36–45.

Sanchez-Gomez, M., Oliver-Casademont, A., Adelantado-Renau, M., Bresó, E., Sánchez-Gómez, M., Oliver, A., Breso, E., & Es, B. (2020).

Emotional Intelligence and Anxiety in Adolescents: A Practical Proposal in the Classroom. QUADERNS Digital.NET, 1, 74–89.

Sandia Rondel, L. D., & Guerra Vera, L. L. (2023). El mundo de las emociones en los adolescentes con alta capacidad intelectual. GACETA DE PEDAGOGÍA, 46, 188–207

Sospedra-Baeza, M. J., Martínez-Álvarez, I., Hidalgo-Fuentes, S., Sospedra-Baeza, M. J., Martínez-Álvarez, I., & Hidalgo-Fuentes, S. (2022). Inteligencias múltiples, emociones y creatividad en estudiantes universitarios españoles de primer curso. Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria, 16(2), e1153. https://lc.cx/9wQgkN

Valdés Izquierdo, L., Valcárcel Izquierdo, N., Díaz Díaz, A. A., & Herrera Wainshtok, A. C. (2023). Estrategia de superación para el mejoramiento del desempeño profesional pedagógico de los docentes en la enseñanza de la integración emocional. Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias, 2, 458. https://doi.org/10.56294/sctconf2023458

Vera Pazmiño, J. L., Alcívar Chávez, A. C., & Elizalde Cordero, C. I. (2022). Acompañamiento psicopedagógico y familiar a estudiantes con problemas en el desarrollo de la lectoescritura. Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0, 26(Extraordinario), 666–686. https://lc.cx/YHLYQX

Villalba, J. F. (2020). Algor-ética: la ética en la inteligencia artificial. Anales de La Facultad de Ciencias Juridicas y Sociales de La Universidad Nacional de La Plata, 50, 062. https://doi.org/10.24215/25916386e062

Williams, A., Falcón, C., Elizabeth, J., & Gonzáles, R. (2024). Habilidades prácticas y competencias digitales: perspectivas en la enseñanza Practical skills and digital competencies: perspectives in teaching. 5, 1–8.

Zumárraga-Espinosa, M. (2023). Academic resilience, performance and intention to drop out in university students in Quito. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 21(3), 1–34. https://doi.org/10.11600/rlcsnj.21.3.5949

Acevedo-alemán, J., & González-Tovar, J. (2015). Manifestaciones de la violencia perversa en escuelas primarias del noreste de México. Enseñanza e Investigación en Psicología, 20(3), 275-285.

Alfaro, R. (2022). La autoconsciencia como herramienta de desarrollo de competencias y habilidades en las prácticas profesionales. Cuadernos del Centro de Estudios en Diseño y Comunicación., 168, 77-82.

Alvarez-Bolaños, E. (2020). Educación socioemocional. Asociación Latinoamericana de Sociología, 11(20), 388-408.

Álvarez-Justel, J., & Ruiz-Bueno, A. (2021). Perfiles y características de la toma de decisiones en estudiantes de secundaria. RELIEVE - Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa, 27(1). https://doi.org/10.30827/relieve.v27i1.21421

Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50(2), 248-287. https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). 18, 13-25.

Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (Eds.). (2000). The Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace (1. ed). Jossey-Bass.

Bisquerra-Alzina, R., & Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales. Educación XX1, 10, 61-82.

Boekaerts, M. (1996). Self-regulated Learning at the Junction of Cognition and Motivation. European Psychologist, 1(2), 100-112. https://lc.cx/8pkIhB

Caballo, V. E. (2021). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales (2a ed. corr., 12a reimp). Siglo XXI de España.

Carbonero, M. A., Martín-Antón, L. J., Monsalvo, E., & Valdivieso, J. A. (2015). Rendimiento escolar y actitudes personales y de responsabilidad social en el alumnado preadolescente. Anales de Psicología, 31(3), 990. https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.181161

Cuaical-Cuaical, D. L., & Cuesta-Caicedo, D. M. (2018). Influencia de los escenarios pedagógicos: Aula de clase y laboratorio en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las ciencias naturales. Revista Historia de la Educación Colombiana, 20(20), 65-90. https://lc.cx/imlkCv

Delgado-Villalobos, M., Maldonado-Paz, G., & Philippe-Jazé, J. (2021). Competencia socioemocional y toma de decisiones en la deserción de estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana ConCiencia, 6(2), 13-29. https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.2

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. Child Development, 82(1), 405-432. https://lc.cx/W8i_-s

Echavarría-Grajales, C. (2003). La escuela: Un escenario de formación y socialización para la costrucción de identidad moral. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 1(2), 1-26.

Ganda, D., & Boruchovitch, E. (2018). La autorregulación del aprendizaje: Conceptos clave y los modelos teoricos. Psicologia da Educação, 46, 71-80.

García-Cabrero, B. (2018). Socio-emotional, non-cognitive or "soft" skills: Approximations to their evaluation. Revista Digital Universitaria, 19(6). https://lc.cx/bRQR9m

Goleman, D. (2024). Inteligencia emocional (B. Merino, Trad.). Reverté Management.

Goleman, D., & Davidson, R. J. (2018). Los beneficios de la meditación: La ciencia demuestra cómo la meditación cambia la mente, el cerebro y el cuerpo (D. González Raga, Trad.). Editorial Kairós.

Guevara-Benítez, C. Y., Rugerio-Tapia, J. P., Hermosillo-García, Á. M., & Corona-Guevara, L. A. (2020). Aprendizaje socioemocional en preescolar: Fundamentos, revisión de investigaciones y propuestas. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 22, 1-14. https://lc.cx/Ux2Pkp

Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). Metodología de la investigación (5a ed). McGraw-Hill.

Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We Feel, Therefore We Learn: The Relevance of Affective and Social Neuroscience to Education. Mind, Brain, and Education, 1(1), 3-10. https://lc.cx/lb

CueAJacques, D. (1996). La Educación encierra un tesoro, informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (ED.96/WS/9). UNESCO. https://acortar.link/0lpqr

Kim-Jeong, J. (2019). Resiliencia y creatividad en escolares de primaria. Revista de Investigación en Psicología, 22(1), 67-78. http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i1.16582

León, A. (2007). Qué es la educación. Educere, 11(39), 595-604.

Lozano-Fernández, M., Lozano-Fernández, E., & Ortega-Cabrejos, M. (2022). Habilidades blandas una clave para brindar educación de calidad: Revisión teórica. Revista Pedagógica de la Universidad Cienfuegos, 18(87). https://acortar.link/EhoZNb

Mayer, J. (1997). What is Emotional Intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional intelligence: Educational implications (1st ed). Basic Books.

Mega, C., Ronconi, L., & De Beni, R. (2014). What makes a good student? How emotions, self-regulated learning, and motivation contribute to academic achievement. Journal of Educational Psychology, 106(1), 121-131. https://doi.org/10.1037/a0033546

Mejía, J., Rodríguez, G., Guerra, N., Bustamante, A., Chaparro, M., & Castellanos, M. (2016). Estrategia de formación de competencias socioemocionales en la educación secundaria y media (Banco Internacional de Reconstrucción y Fomento). https://acortar.link/JbZPeS

Mozgalova, N. G., Baranovska, I. G., Hlazunova, I. K., Mikhalishen, A. V., & Kazmirchuk, N. S. (2021). Methodological foundations of soft skills of musical art teachers in pedagogical institutions of higher education. Linguistics and Culture Review, 5(S2), 317-327. https://lc.cx/W6LODH

OECD. (2015). Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills. OECD. https://doi.org/10.1787/9789264226159-en

OMS. (2022). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. Organización Mundial de la Salud. https://acortar.link/SBYQ0

Rao, M. S. (2014). Enhancing employability in engineering and management students through soft skills. Industrial and Commercial Training, 46(1), 42-48. https://doi.org/10.1108/ICT-04-2013-0023

Rodríguez-Gómez, J. M. (2008). Los docentes ante las situaciones de violencia escolar. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 11(3), 37-42.

Saarni, C. (1999). The development of emotional competence. Guilford Press.

Showry, M., & Manasa, (2014). Self-Awareness – Key to Effective Leadership. The IUP Journal of Soft Skills, 8(1), 15-26.

Taylor, E. (2016). Investigating the perception of stakeholders on soft skills development of students: Evidence from South Africa. Interdisciplinary Journal of e-Skills and Lifelong Learning, 12, 1-28.

Valdespino-Gaytan, J., & Montenegro, H. (2020). Introducción al aprendizaje social y smocional [Webinar]. El Aprendizaje Social y Emocional: Una Presentación en español. https://n9.cl/fqvv6

Vílchez-Garrido, V., Hidalgo-Ruiz, T., Silva-López, N., Maza-Berlanga, I., & Caballero-Luque, E. (2012). El aula: Un espacio de posibilidades. Aportaciones desde la Periferia. https://acortar.link/il7JA7

West, M. (2016). Should non-cognitive skills be included in school accountability systems? Preliminary evidence from California's CORE districts. Evidence Speaks Reports, 1(13). https://acortar.link/RhFxdF

Adler, N. J. (with Gundersen, A.). (2008). International dimensions of organizational behavior (5. ed., internat. student ed). Thomson South-Western.

Andrango-Guerrón, D. (2023). Liderazgo en educación superior: Programa de promoción y fortalecimiento de la educación inclusiva [Tesis de Posgrado, Universidad de las Américas]. https://acortar.link/IVCtdQ

Antoniadou, N., & Kokkinos, C. M. (2018). Empathy in Traditional and Cyber Bullying/Victimization Involvement from Early to Middle Adolescence: A Cross-Sectional Study. Journal of Educational and Developmental Psychology, 8(1), 153. https://lc.cx/PtuTWq

Arboleda, M. (2020). La amistad es un antídoto para la violencia: La iniciativa "Seamos amigos" arrancó en 2019 para promover la empatía en las escuelas. UNICEF. https://n9.cl/63qyc

Arias-Vinasco, I. C. (2018). Ambientes escolares: Un espacio para el reconocimiento y respeto por la diversidad. Sophia, 14(2), 84-93. https://doi.org/10.18634/sophiaj.14v.2i.852

Arjona-Granados, M. D. P. (2021). La incidencia de empatía intercultural en hombres y mujeres que laboran en agencias de viajes en Nuevo León. Turismo y Sociedad, 30, 51-69.

Ascencio-Urueña, L. M. (2021). El juego de roles, estrategia para desarrollar el aprendizaje significativo. En Herramientas pedagógicas: Manual para la creación de textos en el aula (pp. 67-90). Universidad Santiago de Cali. https://acortar.link/MJNVPx

Batson, C. D. (2009). These Things Called Empathy: Eight Related but Distinct Phenomena. En J. Decety & W. Ickes (Eds.), The Social Neuroscience of Empathy (pp. 3-16). The MIT Press. https://lc.cx/F4Zlqs

Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., & García, N. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Hospital Sant Joan de Déu. https://acortar.link/IU1qt1

Bisquerra-Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias socioemocionales. Revista de Investigación Educativa, 21(1), 7-43.

Bisquerra-Alzina, R., & Pérez-Escoda, N. (2012). Educación emocional: Estrategias para su puesta en práctica. Avances en Supervisión Educativa, 16. https://doi.org/10.23824/ase.v0i16.502

Blázquez-Manzano, A., León-Mejía, A., Patino-Alonso, M.-C., & Feu, S. (2021). Síndrome de «burnout» y apoyo social en maestros de Educación Primaria. Estudios sobre Educación. https://lc.cx/8bMmMq

Boada, A., & Mayorca, R. (2019). Importancia de la participación de estudiantes virtuales a través de los forosdebates en plataformas digitales. 431-437. https://acortar.link/xSFfbz

Casas, F., Muñoz, J., Bárcenas, A., Corno, C., & Frade, L. (2010). Propuesta de un Sistema de indicadores sobre bienestar infantil en España. UNICEF España. https://acortar.link/1xtZrZ

Castillo-Arredondo, S., & Cabrerizo-Diago, J. (2009). Evaluación educativa de aprendizajes y competencias. Pearson Educación. https://acortar.link/PlvLca

Chavesta, M., Parra, M., Chuquitarco, S., Gómez, L., & Yagual, M. (2024). Educación Inclusiva y Diversidad (1°). CID - Centro de Investigación y Desarrollo. https://doi.org/10.37811/cli_w1047

Chavira-Trujillo, G., & Celis De La Rosa, A. (2022). Propiedades Psicométricas del Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA) en Población Mexicana. Acta de Investigación Psicológica, 12(1). https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.1.409

Cortes-Toledo, M., Moraga-Álvarez, E. H., Silva-Jiménez, D., & Rosas-Valenzuela, C. (2024). Estrategias para el Desarrollo del Aprendizaje

Entre Pares. Propuesta de Zonas de Aprendizaje Guiado. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 8(5), 2131-2146.

Cubero-Venegas, C. (2004). La disciplina en el aula: Reflexiones en torno a los procesos de comunicación. Revista Electrónica «Actualidades Investigativas en Educación», 4(2), 1-39.

Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. Journal of Personality and Social Psychology, 44(1), 113-126. https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113

Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews, 3(2), 71-100. https://doi.org/10.1177/1534582304267187

Delgado-Villalobos, M., Maldonado-Paz, G., & Philippe-Jazé, J. (2021). Competencia socioemocional y toma de decisiones en la deserción de estudiantes universitarios. Revista Iberoamericana ConCiencia, 6(2), 13-29. https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.6-2.2

Díaz, G., Peña, M., & Castellanos, B. (2014). El Liderzago Y Las Relaciones Interpersonales Dentro Del Clima Organizacional. Revista Global de Negocios, 1(1), 1-10.

Duarte, J. (2003). Ambientes de aprendizaje: Una aproximación conceptual. Estudios Pedagógicos, 29, 97-113.

El Sahili-González, L. F. (2015). Burnout. Editorial El Manual Moderno.

Extremera-Pacheco, N., Fernández-Berrocal, P., Mestre-Navas, J., & Guil-Bozal, R. (2004). Medidas de evaluación de la inteligencia emocional. Revista Latinoamericana de Psicología, 36(2), 209-228.

Fernández-Blázquez, M., & Echeita-Sarrionandia, G. (2021). Desafíos sociales y educación inclusiva. Acción y Reflexión Educativa, 46. https://acortar.link/ob6O6J

Fundación WIESE. (2024). Clima escolar: Estrategias para fomentar el bienestar estudiantil. https://acortar.link/M9RCH1

Galtung, J. (2003). Paz por medios pacíficos: Paz y conflicto, desarrollo y civilización. International Peace Research Institute. https://acortar.link/m6nMDU

Gardner, H. (2016). Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica (6.a imp). Paidós.

Goleman, D. (2024). Inteligencia emocional (B. Merino, Trad.). Reverté Management.

Hancco-Gomez, M. S., Carpio Maraza, A., Laura-Castillo, Z. J., & Flores-Mamani, E. (2021). Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del departamento de Puno. Comuni@cción: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo, 12(3), 186-194. https://doi.org/10.33595/2226-1478.12.3.552

Hawn, G., & Holden, W. (2011). 10 mindful minutes: Giving our children--and ourselves--the social and emotional skills to reduce stress and anxiety for healthier, happier lives. Perigee Book.

Hernández-Perdomo, J. E., López-Leal, R. S., & Caro, O. (2019). Desarrollo de la empatía para mejorar el ambiente escolar. Educación y Ciencia, 21, 217-244. https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2018.21.e9407

Holgado-Herreros, A. (2024). Mindfulness y el desarrollo socioemocional en la infancia [Tesis de Posgrado, Universidad de Cantabria]. https://acortar.link/6c2Cc6

Huebner, E. S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. Psychological Assessment, 6(2), 149-158. https://doi.org/10.1037/1040-3590.6.2.149

Inostroza-Pardo, F. S. (2021). Educación emocional: ¿Necesidad o innovación? (1st ed). RIL editores.

Jiménez-Blanco, A., Sastre, S., Artola, T., & M. Alvarado, J. (2020). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico: Un Modelo Evolutivo. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica, 56(3), 129. https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.10

Kabat-Zinn, J. (2017). Mindfulness en la vida cotidiana (Ediciones Paidós).

Karam Rozo, J. M., Parra, C., Urrego, G., & Castillo, C. (2019). Estrés en el colegio. Dos variables para reflexionar. Tesis Psicológica, 14(1), 1-27. https://doi.org/10.37511/tesis.v14n1a2

León-González, F. (2011). Bienestar Estudiantil: Significados que otorgan estudiantes y profesores [Tesis de Posgrado, Universidad de Chile]. https://acortar.link/aibO7F

León-Quispe, K., Santos-Sebrián, A., & Alonzo-Yaranga, L. (2023). El trabajo colaborativo en la educación. Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 7(29), 1423-1437. https://lc.cx/g9kHBB

López-Pérez, B., Fernández-Pinto, I., & García-Abad, F. (2008). TECA Test de Empatía Cognitiva y Afectiva. TEA.

Maldonado-Recio, M., & Barajas-Esteban, C. (2018). Theory of mind and empathy. Repercussions on peer acceptance in Pre-school Primary and Secondary Education children. Escritos De Psicología - Psychological Writings, 11(01), 10-24.

Mantilla-Castellanos, M. (2006). Habilidades para la vida: Una propuesta educativa para convivir mejor. Edex.

Marchioni, C. (2016). Habilidades no cognitivas en América Latina. Una medición desde pruebas estandarizadas (Documento de Trabajo N° 2016/04). https://acortar.link/oaPBi4

Mellor, D., & Moore, K. A. (2014). The Use of Likert Scales with Children. Journal of Pediatric Psychology, 39(3), 369-379. https://lc.cx/IX6O1h

Mena-Edwards, M., Romagnoli-Espinosa, C., & Valdés-Mena, A. (2009). El impacto del desarrollo de habilidades socio afectivas y éticas en la escuela. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación, 9(3), 1-21. https://acortar.link/xofE3J

Moreno-Quinto, N. M., Roldán-Paredes, B. F., Mena-Moreno, I. M., Mayra-Elizabeth Castillo López, & Rodriguez-Barreiro, B. L. (2023). Inteligencia emocional en el aula: Una revisión de prácticas y estrategias para promover el bienestar estudiantil. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(2), 1461-1477. https://lc.cx/ae2ETa

Niño-Morante, N., Uceda-Bazán, M. N., Fernández-Otoya, F., & Garcia-Gonzalez, M. (2022). Estrategias didácticas para promover el aprendizaje significativo dirigido a estudiantes universitarios. Mendive. Revista de Educación, 20(4), 1297-1309.

Ortiz-Gómez, E. (2014). La empatía como base de la resolución de conflictos. [Tesis de Posgrado, Universidad de Cantabria]. https://acortar.link/O1uoCT

Osco-Rojas, Y. M., & Arevalo-Marcos, R. (2023). Empatía y estrés académico en estudiantes del IX y X ciclo de la carrera de Enfermería de la Universidad Norbert Wiener, 2023: Empathy and academic stress in students of the IX and X cycle of the Nursing degree at the Norbert Wiener University, 2023. LATAM Revista Latinoamericana de

Ciencias Sociales y Humanidades, 4(4). https://doi.org/10.56712/latam.v4i4.1250

Palencia-Pérez, J. C. (2024). El Papel Transformador de la Educación Emocional en el Discurso Pedagógico Contemporáneo. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 8(2), 5460-5471. https://lc.cx/gWi1aS

Pedrero-García, E., Moreno-Fernández, O., & Moreno-Crespo, P. (2017). Educación para la diversidad cultural y la interculturalidad en el contexto escolar español. Revista de Ciencias Sociales, 23(2), 11-26.

Peña-Cásares, M. (2020). Acoso escolar e intervención a través de la educación emocional [Tesis Doctoral, Universidad de Granada]. https://acortar.link/n4hssF

Polo-Acosta, C. (2018). Juego de Roles: Una estrategia pedagógica para el fortalecimiento de la convivencia. Cultura Educación y Sociedad, 9(3), 869-876. https://doi.org/10.17981/culteduso c.9.3.2018.103

Ramírez-Agurto, J. N., & Tesén-Arroyo, J. (2022). Las relaciones interpersonales y la calidad educativa. TecnoHumanismo. Revista Científica, 2(3), 17-34.

Reyes, A., Keck, C., Gracia, M., & Saldivar, A. (2022). Habilidades socioemocionales en los docentes: Educación desde la ética del cuidado de sí. Praxis & Saber, 13(34), e13667. https://lc.cx/ijuUl2

Rodríguez-Gómez, J. M. (2008). Los docentes ante las situaciones de violencia escolar. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 11(3), 37-42.

San Martín-Ureña, R. C., & Tapia-Peralta, S. R. (2023). La importancia de la educación emocional en la formación integral de los estudiantes.

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(3), 1398-1413. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6285

Schonert-Reichl, K. A., & Roeser, R. W. (Eds.). (2016). Handbook of Mindfulness in Education: Integrating Theory and Research into Practice. Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-3506-2

Segura-González, L., & Velásquez-Díaz, I. (2015). El diálogo. Aprendizaje significativo en la práctica educativa. II Congreso Internacional de Transformación Educativa, UNAM, Zaragoza. https://acortar.link/lNkSvV

Sierra, O., Urrego, G., Montenegro, S., & Castillo, C. (2015). Estrés escolar y empatía en estudiantes de bachillerato practicantes de Mindfulness. Cuadernos de Lingüística Hispánica, 26, 175-197.

Souto-Romero, M. (2012). Desarrollo de competencias emocionales en la educación superior. Universitat Rovira i Virgili.

Suárez-León, A. E., Romero-Guerrero, M. D. C., Torres-Cueva, M. R., Jácome-Guano, G. D. P., & Segura-Sánchez, L.-D. R. (2023). El papel de la educación en la promoción de la igualdad de género y la diversidad. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(2), 7959-7975. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5927

Tucker, H. (2016). Empathy and tourism: Limits and possibilities. Annals of Tourism Research, 57, 31-43. https://lc.cx/YVeDHt

UNESCO. (2015). Replantear la educación: ¿Hacia un bien común mundial? UNESCO. https://acortar.link/PW9YF

UNICEF. (2019). Seamos amigos en la escuela: Una guía para promover la empatía y la inclusión (Primera). Santillana. https://lc.cx/2lxgGc

Velázquez-Callado, C. (2014). Aprendizaje cooperativo: Aproximación teorico-práctica aplicada a la educación física. EmásF: revista digital de educación física, 29, 19-31.

Vinokur, E., Yomtovian, A., Marom, M. S., Itzchakov, G., & Baron, L. (2024). Social-based learning and leadership in school: Conflict management training for holistic, relational conflict resolution. Frontiers in Social Psychology, 2, 1412968. https://doi.org/10.3389/frsps.2024.1412968

Zych, I., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2019). Empathy and Callous–Unemotional Traits in Different Bullying Roles: A Systematic Review and Meta-Analysis. Trauma, Violence, & Abuse, 20(1), 3-21. https://doi.org/10.1177/1524838016683456

Sobre los autores

Patricia del Consuelo Lucero Albán
Magíster en Neuropsicología Infantil. Diplomado en Formación de Formadores en el Ámbito de la Reducción de la Demanda del Consumo de Drogas. Doctora en Psicología Infantil y Psicorrehabilitación. Universidad Politécnica Salesiana. Ecuador.
https://orcid.org/0000-0002-5448-6160

Juan Enrique Villacís Jácome
Ph.D(c) en Neuropsicología. Doctor en Psicología Infantil y Psicorehabilitación. Magíster en Psicoterapia. Diplomado en Investigación, Psicometría, Autismo. Terapeuta certificado en ABA. Universidad Politécnica Salesiana. Ecuador.
https://orcid.org/0000-0001-9510-1573

Jenny Patricia Pallo Almache
Psicóloga Infantil y Psicorrehabilitadora. Magíster en Ciencias Psicológicas con mención en Psicoterapia. Especialista en Psicoterapia. Universidad Técnica de Cotopaxi. Ecuador.
https://orcid.org/0000-0001-5571-077X

Luis Alberto Castillo Sánchez
Magíster en Gerencia en Salud. Licenciado en Imagenología y Radiología. Presidente de la Fundación para la Educación la Ciencia y la Tecnología FIECYT. Editor de la Revista Científica Retos de la Ciencia. Ecuador.
https://orcid.org/0000-0001-6183-3581

Sobre los autores

Segundo Raúl Farinango Farinango
Magíster en Educación Intercultural Bilingüe. Licenciado en Ciencias de la Educación con Mención en Docencia Básica Intercultural Bilingüe. Unidad Educativa Intercultural Bilingüe "Manuel Aguilar." Ecuador.
https://orcid.org/0009-0008-4630-9886

Jessica Karina Maldonado Zarria
Magíster Universitaria en Formación y Perfeccionamiento del Profesorado en la Especialidad Lengua Española y Literatura. Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Educación Básica. Unidad Educativa Fiscal Pedro Bouguer. Ecuador.
https://orcid.org/0009-0002-4180-7399

Paola Germania Palomino
Magíster en Educación Mención Enseñanza de la Lengua y Literatura. Máster Universitario en Formación de Profesorado de Educación Secundaria en Ecuador. Licenciada en Ciencias de la Educación en la especialidad de Lengua y Literatura. Unidad Educativa "Ascázubi". Ecuador.
https://orcid.org/0009-0005-8194-7582

Concepción Elizabeth Tejada Molina
Magíster en Educación Mención Enseñanza de la Lengua y Literatura. Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Lengua y Literatura. Profesora de Educación Media Especialidad Lengua y Literatura. Unidad Educativa "Ascázubi". Ecuador.
https://orcid.org/0009-0008-0607-2933

FIECYT EDICIONES
Nº Radicación: 157059

Este libro se terminó de diagramar el 19 de febrero de 2025 en los talleres de FIECYT EDICIONES de la Fundación Internacional para la Educación la Ciencia y la Tecnología, "FIECYT" —se usó como tipografía base Palatino Palatino Linotype 13 pt, papel bond de 0,75 gramos para un tiraje de 200 ejemplares— siendo Director de Investigación e Innovación de la FIECYT el Dr. Marcelo Remigio Castillo Bustos

Fundación Internacional para la
Educación la Ciencia y la Tecnología

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN LA ESCUELA: ESTRATEGIAS PARA EL BIENESTAR Y EL ÉXITO ACADÉMICO

ISBN: 978-9942-7233-9-0